



NIEUWSBRIEF

PROJECT 7-BLAD

Tweede jaargang, nummer 10

Juli 2019

Kopfoto: 'Eetbaar 'wildpluk' boeketje' - Anneke Bleeker ©

PROJECT 7-BLAD

- Studiegroepen
 - Wandelende Studiegroepen
 - Wandelingen
 - Gezond Verstand Lezingen
 - Weekrecepten
-

Inhoudsopgave:

Pagina	1	:	Kopfoto
Pagina	2	:	Inhoudsopgave
Pagina	3	:	Vakantietijd, komkommertijd? - Barbera Smit We kijken met de 'Wandelende' studiegroep in Friesland terug op een zeer geslaagde
Pagina	4	:	dag . . . - Anneke Bleeker Boswandeling op 23 juni 2019 in Bergen op Zoom - René Eichhorn en Cocky
Pagina	8	:	Nuchelmans Heerlijk genoten in Dronrijp en Harlingen op zaterdag 26 juni met de Project7/blad
Pagina	10	:	groep - Anneke Bleeker
Pagina	14	:	Hoi lieve mensen, Arie de Groot
Pagina	16	:	Hoe groot zijn de belangen - Ellen Vader
Pagina	18	:	BOEK: Vaccineren, de grote illusie
Pagina	19	:	Supersoep - Anneke Bleeker
Pagina	20	:	Geef ze van katoen - Anneke Bleeker
Pagina	22	:	Gratis wandeling 17 augustus - Anneke Bleeker
Pagina	24	:	Draag een boompje bij . . . - Anneke Bleeker
Pagina	26	:	Alternatieve studiegroep in Willingen in Sauerland - Anneke Bleeker
Pagina	33	:	Agenda en Colofon

Vakantietijd, komkommertijd?

Vakantietijd, komkommertijd? Bij project7-blad is daar geen sprake van. Genoeg copy om weer een mooie nieuwsbrief samen te stellen. Elke maand weer een uitdaging om de teksten en de foto's in en bij elkaar te passen ☺. De foto's maken dat het verhaal tot leven komt.

Deze maand weer verslagen van studiegroepen die leuke dingen doen en wandelen, een uitgebreid verslag van een uitje van een alternatieve studiegroep naar Willingen in Sauerland, wat hebben we genoten en plezier gehad. Anneke deelt een heerlijk soepprecept en vertelt hoe ze katoenen vaatdoekjes breit.

Lees verder ook vooral hoe je voor het voedselbos in Menaam een boompje bij kunt dragen en wil je een keer met een wandeling mee, 17 augustus staat er een gratis wandeling gepland in de kop van Noord-Holland.

Ook zijn we weer blij met de bijdragen Arie en Ellen.

De laatste heeft het dit keer over een niet onbelangrijk onderwerp: HPV-vaccinatie voor jongetjes, 10 jaar na de introductie voor de HPV-vaccinatie voor meisjes. Anneke Bleeker heeft zich in die tijd tomeloos ingezet om mensen te waarschuwen voor de risico's en een boek over vaccinaties geschreven. Project7-blad, Gezond Verstand Lezingen, allemaal een voortvloeiSEL uit de actie van Anneke Bleeker in die tijd, er bleken veel meer onderwerpen op de kaart te mogen worden gezet en zo geschiedde.

Tevens is er een nieuw boek uitgekomen Vaccineren, de grote illusie.

We blijven waarschuwen en vooral informeren!



In de zomermaanden is er voor wat betreft de Gezond Verstand Lezingen even rust. We genieten deze periode van een welverdiende vakantie. In september beginnen we weer met een nieuw seizoen.

Ik wens jullie veel leesplezier en voor de mensen die met vakantie gaan, geniet, rust uit, maak er een mooie tijd van.

Na een midweek met de alternatieve studiegroep in Willingen geniet ik weer volop van mijn tuin, 6 hortensia's staan in volle bloei. Prachtig met verschillende tinten paars, blauwig, roze.

Tot de volgende maand,
Barbera

We kijken met de 'Wandelende' studiegroep in Friesland terug op een zeer geslaagde dag . . .



De weersvoorspellingen waren maar zo, zo en terwijl ik richting Steenwijk reed vertelde men op het nieuws van Radio Friesland dat het in zuidelijke provincies al behoorlijk spookte.

Dat slechte weer kon in de middag naar het noorden omhoogtrekken.

Ben je mal, niks slecht weer, wij hadden een Project7-blad dag op de agenda staan dus bestellen we droog weer.

We verzamelden bij Bert, één van de deelnemers van de groep die zesmaal op een woensdag van het voorjaar tot in het najaar met elkaar op pad gaat.

Steenwijk ligt in Overijssel dus we gingen even 'de grens' over.

Dat is niet verwonderlijk met deelnemers uit andere provincies dan alleen Friesland. Een heel gezellig koppel, ook wonend in Overijssel, zijn ook enthousiaste deelnemers en een ook alweer gezellige dame uit Noord-Holland, eveneens deelneemster bij de groep in Exmorra komt ook trouw naar deze woensdagen in Friesland of elders.

Ditmaal verzamelden we niet in een horecagelegenheid maar bij iemand thuis, wat we soms ook doen als de persoon dat zelf graag wil.

Twee anderen hadden voor lekkernijen gezorgd voor bij de koffie of thee en we begonnen met een voorstelrondje omdat er een nieuwe dame in ons midden was.

Toen ik net gearriveerd was begon het te regenen. Toch? Nu al?

Maar dat was van zeer korte duur, even dikke druppels, we gaven nogmaals aan dat het een 7-blad dag was ;-) en daarna bleef het droog.

Werkelijk we hebben heel veel geluk gehad en genoten.

Twee personen behandelden 'de plant van de dag'. Het Sint-janskruid, het Japans duizendknoop en de lisdodde. Drie planten kregen aandacht met betrekking tot eetbaar, geneeskrachtig en andere wetenswaardigheden.

Na uitgebreid koffie en thee gedronken te hebben, ondertussen leuke en goede gesprekken gevoerd te hebben, de planten behandeld, gesproken te hebben over gezonde leefwijze, goede voeding en het bizarre glyfosaat gingen we naar buiten.

We liepen te genieten in de tuin van Bert, zoveel soorten, van kruiden tot heerlijk geurende rozen, van een mooie vijg tot druiven en van bijenkasten tot zeekool.

Ja zeekool! Bert had op een ander moment toen we met de groep de zilte planten bezochten in de kop van Noord-Holland zaad gewonnen van de zeekool en we konden nu de resultaten bewonderen.

We maakten ons klaar, reden achter elkaar aan naar de moestuin van Bert.

Daar was het alweer genieten.



M'n lunch opgesierd met eetbare bloemen en andere gewassen, we mochten bij de tuinbuurman van Bert aardbeien plukken om mee naar huis te nemen en van Bert kregen we ook nog stekken dus met een mooie loot van een gele framboos liep ik weer naar de auto. Er was van alles te bekijken op de tuin.

Na dit bezoek besloten we onze rit naar de Weerrib-

ben uit te stellen tot in augustus, we besloten naar een gebied iets dichterbij te gaan.

Superleuk, geweldig. Klaprozen en kamille in de berm, wilgen, waterlelies, distels, vlinders en nog veel meer. Knotwilgen gaven er een extra Hollands sfeertje aan en ook daar keken we naar van alles wat we culinair kunnen gebruiken in de keuken.

En . . . dat was veel, heel veel.

Niemand hoeft slecht te eten als we om ons heen kijken. Uiteraard passen we wel op waar we oogsten maar als de bewustwording omtrent deze oude kennis groter wordt en het spuiten met gif massaal mede daardoor gaat afnemen dan krijgen we een heel ander beeld.

Wat we ook zagen, ik wist van het bestaan niet af . . . witte klaprozen. Spierwit, een paar in bloei en een flinke pol in de knop.



We kijken terug op een zeer, maar dan ook zeer geslaagde droge dag, met veel gezelligheid en inspirerende gesprekken.

Lieve allemaal, dank jullie wel, ik heb alweer zin in de volgende keer. Op 31 juli gaan we naar de Sallandse Heuvelrug, ook niet in Friesland maar bij twee deelnemers thuis waar we eerder zijn geweest. We zijn benieuwd wat zij inmiddels van hun plannen waarover zij toen vertelden kunnen laten zien.

En . . . wandelen in de omgeving staat uiteraard ook op de agenda. De Weerribben komen in augustus in beeld en voor september bedenken we ook wel wat leuks. Wellicht in Friesland met de groep uit Friesland. 😊

Zin om je aan te sluiten?

Voel je welkom, vol is vol, er mogen nog een paar personen aansluiten bij deze groep; we zijn niet uit op een enorme grote groep, de sfeer moet gezellig blijven, met te veel personen is er veel minder aandacht voor elkaar.

Dan starten we liever extra groepen op.

En dat kan ook, jij mag ook gastvrouw of -heer worden van een groep bij jou in eigen omgeving.

Hoe dat in zijn werk gaat?

Gewoon de uitleg opvragen.

Voor beiden mailen naar mij, voor deelname aan de groep op woensdagen of zaterdagen in Friesland en voor de uitleg als je elders interesse hebt.

Of . . . je woont in Friesland en wilt een eigen groep, ook welkom, er mogen veel meer groepen in één provincie actief zijn.

Liever 100 kleine groepen dan 1 te grote.

De zaterdaggroep gaat de 29ste juni naar Dronrijp, verzamelt ook bij een deelneemster thuis, iemand die bij alle drie groepen in Friesland aangesloten is.

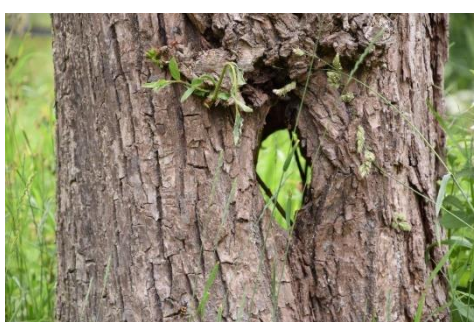
Kijk . . . dat doe je niet als het niet leuk is. 😊 En de regen kwam ook nog. Later in de avond toen we weer thuis waren en ik deze wenste voor de tuin. 😊

Anneke

19 juni 2019

anneke@project7-blad.nl





Boswandeling op 23 juni 2019 in Bergen op Zoom

We kwamen om bij half twee aan en werden welkom geheten door Cocky Nuchelmans, die ons inleidde wat ons deze middag stond te wachten en vertelde ook over de Gezond Verstand Lezingen wat mij bekend in de oren klonk, want ik ben naar verschillende Gezond Verstand Lezingen geweest en ik mag wel zeggen dat het geweldig is om deze lezingen bij te wonen!

Wat een heerlijke boswandeling is dit geweest, we hebben met z'n allen er écht van genoten en zowaar nu ik dit schrijf, schiet me iets te binnen dat de bekende orthomoleculaire genezer Jünglen Zwaan (van ahealthylife) heeft gezegd dat je aan je gezondheid werkt als je wekelijks twee uur doorbrengt in de natuur, nou daar komen wij wel aan!

Zie hier de gedeelde link van hem: <https://www.ahealthylife.nl/wekelijks-twee-uur-in-de-natuur-doorbrengen-is-de-sleutel-naar-gezondheid/>

Je kunt je ook abonneren op deze fantastische leerzame site, wekelijk geeft hij zijn visie, een aanrader!

Deze middag hebben we weer energie opgedaan voor de komende week en ons brein weer met belangrijke spirituele kennis verrijkt met onze fantastische gids Nicole IJzermans.

Er werd ons gevraagd om één kaart te trekken en gevraagd welke je getrokken had en wat je gevoel hierbij was. Ik had een kaart getrokken met dankbaarheid en dat klopt helemaal, want ik ben ontzettend dankbaar, ik ben privé net verhuisd na een roerig jaar (2018), is daar nu een einde aangekomen en ben daar heel dankbaar voor, dus ik kan kort zijn over de prestatie van Nicole want hulde aan deze vrouw, heb het écht naar mijn zin gehad!!

Met veel plezier hebben we deze boswandeling gemaakt. We stonden een paar keer stil en er werd ons een aantal vragen gesteld, de antwoorden werden later die middag besproken met ons en als laatste werd er gevraagd om een kunstwerk te maken en werd hier dieper op ingegaan toen iedereen klaar was met zijn/haar kunstwerk, wat een heel mooi beeld gaf hoe iedereen dit voor ogen had en welke betekenis dit gaf voor de boswandelaars.



Nogmaals dank Cocky& Nicole voor jullie inzet met deze schitterende middag die jullie mede hebben verzorgd, Ik zal hier nog vaak aan terugdenken, aan deze boswandeling. Ik hoop dat er vele zullen volgen, nog meer mensen een fantastische middag bezorgen en mensen kennis laten maken met deze schitterende groene omgeving!

Na afloop van deze geweldige boswandeling heb ik samen met mijn collega nog een wandeling gemaakt op het bekende Blote Voetenpad, écht grappig en zeer goed om te doen en ook met verschillende stenen bestraat en dan ging het weer over in zand, heuvel op en heuvel af, met prachtige bomen en grote stukken zandvlakten kruisten ons Blote Voetenpad. Wat een fantastische omgeving heeft Bergen op Zoom, dit was mijn eerste kennismaking met deze groene stad en zeker ook niet de laatste!

Met dank voor dit verslag aan deelnemer René Eichhorn



De volgende bijeenkomsten voor de studiegroep proct7blad Bergen op Zoom vinden plaats op:

- 11 augustus
- 15 september
- 6 oktober.

11 augustus gaan we breien we een ecologisch verantwoord schuursponsje als alternatief voor de plastic schuursponsjes en gaan we een heilzaam kruidentonicum maken.

Cocky
project7bladboz@ziggo.nl

Heerlijk genoten in Dronrijp en Harlingen op zaterdag 26 juni met de Project7-blad-groep . . .

We noemen deze groepen studiegroepen, maar neem studie vooral luchtig op met een toch wel 'serieuze' ondertoon. Serieus in de zin dat we kennis delen, informatie omtrent 'wilde' groenten, kruiden en eetbare bloemen maar ook gezelligheid en luisteren naar elkaar hoog in het vaandel plaatsen.

En tja . . . dan is het zomaar 18.00 uur.

Daar konden we niets aan doen, we zagen zo veel, het was zo gezellig en de tijd lijkt dan juist wel veel sneller te gaan.

We werden ontvangen bij Janny thuis in Dronrijp, één van de deelnemers. We dronken koffie, smulden van de appeltaart en de courgette-worteltjes cake, van de pompoensoep en het water op smaak gebracht door citroen en komkommer. Janny had ook op zich genomen om 'de plant van de dag' te behandelen. Zij had gekozen voor de prachtige Japanse notenboom (Ginkgo biloba) die als een deftige statige boom bij haar in de tuin staat.



Eentje om trots op te zijn, super zo mooi. We kregen mooie informatie te horen. Wat zit de natuur toch ingenieus in elkaar.

We liepen samen langs de planten in de tuin van Janny en alles wat eetbaar was benoemden we met elkaar. M'n zelf meegebrachte lunch sierde ik op met lekkere eetbare 'versieringen' uit Janny haar tuin.

Na de lunch reden we achter elkaar aan naar Harlingen waar we op de pier liepen te genieten van de vele soorten eetbare planten. De stokrozen stalen de show ondanks dat zij wedijverden met de zeekool waar we ook de nodige bewonderende woorden over uitspraken. Alles was mooi, de zeevenkel, de rucola, de wilde peen, pastinaak, de klit, gewoon alles!

Het weer was fantastisch en we voelden ons op vakantie ondanks dat we ook hard studeerden samen. 😊

Zonder gekheid, we spraken over veel onderwerpen, mooie dingen, verbazingwekkende dingen, maar de 'wilde' groenten, kruiden en

eetbare bloemen bleven wel als rode draad door de dag steeds weer opduiken binnen onze belangstelling. Dit was een dag met een gouden randje. En . . . de tijd gaat snel, na de prachtige wandeling over de pier besloten we koffie te drinken bij restaurant 't Zilt. Dat was niet gek als afsluiting van een fijne dag met gelijkgestemden.

We besloten om op 31 augustus naar Hindeloopen te gaan. Daar zullen we om 11.00 uur starten, verzamelen vanaf 10.30 uur bij een locatie welke we nog moeten uitzoeken.

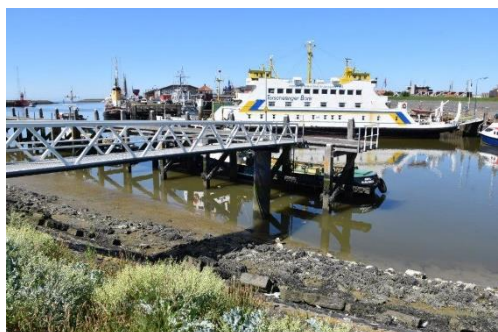
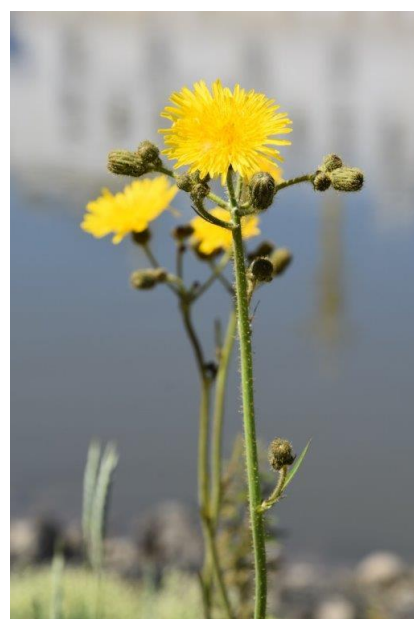
Daarna gaan we aan de wandel, op snor naar 'wilde' groenten, kruiden en eetbare bloemen. Planten in tuinen bekijken we ook, eetbare tuinplanten zijn natuurlijk net zo belangrijk. Of we naar nog een andere plaats gaan zien we die zaterdag wel. Het loopt zoals het loopt en Hindeloopen heeft wel het één ander te bieden om ons een aantal uren zoet te houden. Zin om je bij ons aan te sluiten? Voel je welkom. Zesmaal per jaar vanaf het voorjaar tot in het najaar komen we op zaterdag bij elkaar. Een andere groep in Friesland komt op zes woensdagen bij elkaar.

Deze zaterdaggroep komt na 31 augustus begin oktober nog bij elkaar en daarna weer per eind maart in het volgende jaar. De vaste bijdrage is 10 euro. Consumpties bij de horeca waar we verzamelen en/of welke we aandoen later op de dag zijn voor ieders eigen rekening. Goedkope studie toch? Daar heeft niemand een studiebeurs voor nodig! 😊

Anneke Bleeker

www.project7-blad.nl







Hoi lieve mensen

Daar lig ik dan, doelloos toekijkend door mij heen.

Ik ben er wel klaar mee, het steeds opnieuw proberen, sta nu op een laag pitje te pruttelen.

Voorwaardelijke liefde maakt het leven onwerkelijk en van mij een schijngestalte.

Gefragmenteerd ervaar ik mijn wereld in gruzelementen.

Overall schijnen missende delen te stralen maar steeds als ik mij begeef in de richting van wat er mist vertroebelt een eerder helder stuk.

Stralen als verblindende koorden. Een verbinding die ik niet aan kan zien, omdat mij de moed ontbreekt om alle kanten te bekijken met een innerlijke helderheid.

Dat alle pijnen, vreugdes, angsten en droefnissen als kleurige facetten zijn van één diamant is maar moeilijk te bevatten.

Dat het de facetten zijn van mijn bestaan en zo samen een schitterende heelheid vormen.

(foto) de moerasspirea woerkt op mijn tuin want daar word m'n hartje vrolijker van.



In mijn voortdurende strijd om verdriet te overwinnen en los te laten, is er een krachtige energie ontstaan waar ik vrees voor heb.

Maar wat ik zaai wil ik oogsten, hoog tijd om mijn vruchten te gaan plukken en er een zingeving aan te verbinden.

Mijn hart bevrijden zodat het leven weer als zoet ervaren wordt.

Door meer te vertrouwen dat god geen fouten maakt hoef ik zelf minder perfectie na te streven.

Het kan gewoon niet anders zijn dan dat het met een goddelijke wijsheid precies goed is zoals het op dit moment is.

Soms droom ik over het paradijs waar alles volmaakt was.

Maar ook daar waren er verleidingen en dingen die niet mochten.

Het lijkt erop dat er niet eens zo heel veel is veranderd.

We leven op een prachtige planeet maar wat niet mag doen we toch, daarna worden we bang en gaan we ons verstoppen (bijv. achter beeldschermen of in werk) en geven een ander de schuld.

Alleen gebruiken we in deze moderne tijd mentale maskers om de naakte waarheid te verbergen, in plaats van een vijgenblaadje.

Nu mag ik mijzelf bij mijn naam roepen en tevoorschijn komen (alle toevoegingen die we bij onze roepnaam voegen maken van deze krachtige heelijkheid een gedeeldheid want de kern wordt er door uitgebreid).

Bezielt alle facetten doorstralen blij ik een prachtig kleurrijk mens.

Sinds een paar duizend jaar is het licht voor iedereen aanwezig en word er niemand meer weggestuurd.

Het besef dat ik veilig en welkom ben . . . ja heel soms ervaar ik dat echt en daar heb ik geen woorden voor.

Liefs Arie



Hoe groot zijn de belangen?



In juni stuurde de gezondheidsraad een persbericht uit waarmee zij haar advies over het **vaccineren van jongetjes met het HPV-vaccin** wereldkundig maakt:

“De Gezondheidsraad adviseert om behalve meisjes ook jongens te vaccineren tegen HPV via het Rijksvaccinatieprogramma. Daarnaast adviseert de raad een aanvullend programma op te zetten voor mensen tot en met 26 jaar die zich nog niet hebben laten vaccineren. Hiermee valt veel gezondheidswinst te halen. Dat schrijft de raad aan de staatssecretaris van VWS”.

Wat is de reden? Is een HPV-vaccin voor jongetjes nodig? Werkt het? Is het veilig? Waarom is er een tijdelijke ‘HPV-commissie’ opgericht, die nu weer is opgeheven? Hoeveel winst maakt Merck op het vaccineren van jongetjes? Worden we misleid?

Noodzaak HPV-vaccin voor de jongetjes?

“Behalve dat vaccinatie directe bescherming biedt tegen deze vormen van kanker, leidt het ook tot groepsbescherming: ook voor niet-gevaccineerden daalt het risico op HPV-infectie.

→ Het is nog niet bewezen dat het HPV-vaccin werkt en ook niet dat het veilig is.

Noodzaak voor de meisjes?

"Door het vaccineren van jongetjes zouden meisjes ook minder risico lopen."

→ Dit argument van de Gezondheidsraad is net zomin steekhoudend als het eerste argument.

De rol van de media in het misleiden van de bevolking

De rol van de media bij het ‘introduceren van een nieuw vaccin’ lijkt gereduceerd te zijn tot het publiceren van een persbericht. Van journalisten wordt kennelijk niet verwacht dat zij controleren of het waar is wat er in een persbericht staat, maar slechts dat zij het publiceren. En dat betekent dat journalisten marionetten worden, die ten dienste staan van de gevestigde orde.

Het is geen voorlichting waar bijvoorbeeld aan de consument duidelijk wordt gemaakt dat er nog vele onbekende factoren zijn, maar heeft meer weg van een opsomming van marketing boodschappen.

Waarom?

Waarom is de Gezondheidsraad niet op de hoogte van de aanwijzingen dat er een toename werd vastgesteld van baarmoederhalskanker in landen met een hoge vaccinatiegraad?

Waarom zwijgen journalisten over dit belangrijke feit?

Waarom lezen we dit niet in de krant?

Waarom is hier geen aandacht voor?

“In alle landen met hoge dekking voor HPV-vaccinatie, vertonen officiële kankerregisters een toename in de incidentie van invasieve baarmoederhalskanker en een daling bij onge-vaccineerde oudere vrouwen.”

Worden we dan toch (weer) misleid?

Lees verder: <https://stichtingvaccinvrij.nl/hpv-vaccin-voor-jongens-hoe-groot-is-de-nood-zaak-hoe-groot-zijn-de-belangen-hoe-groot-is-de-winst/>

Zijn journalisten eigenlijk wel zo onafhankelijk?

Een kijkje achter de schermen van 2 opiniemakers in de media over hun broodwinning en belangen:

Rosanne Hertzberger (auteur artikelen onder meer in het NRC): 'Mijn opdrachtgevers...'

Dat betekent dat ik leef van mijn column':

<http://www.rosannehertzberger.nl/>

Hester Zitvast (auteur artikelen onder meer in Linda/Flair/Vrouw): 'Ik ben in te huren voor pakkende teksten op websites (voornamelijk medische/zorgsector)'.

https://www.hestekst.com/Hestekst/Over_hestekst.html

© Ellen Vader

Meer informatie over vaccineren: <https://stichtingvaccinvrij.nl/>

Voor actueel nieuws, discussies, vragen en ondersteuning:

<https://www.facebook.com/groups/vaccinvrij/>

BOEK:

Vaccineren: De grote illusie

Vaccineren: De grote illusie van de gediplomeerde Franse gezondheidsonderzoeker en cartoonist René Bickel is een uniek stripboek over één van de serieuzere medische en veronderstelde preventieve gezondheidszorgmaatregelen van de moderne tijd.

Steeds vaker worden we overspoeld met alarmerende berichten die ons op het belang van vaccinaties wijzen. Moderne psychologische technieken worden gebruikt om ons te manipuleren en onze mening te beïnvloeden. Geregeld jaagt men ons de schrik op het lijf en de roep om een vaccinatieplicht klinkt steeds luider. Het behoud van een vrije vaccinatiekeuze is daardoor in gevaar. Daarenboven klinkt ook de weerstand tegen vaccinaties telkens vaker. Steeds meer mensen willen hun kinderen niet laten vaccineren.

Als je het onderwerp vaccinatie bestudeerd komt er veel informatie naar boven, die voor velen van ons onmogelijk te geloven is. Vaccineren: De grote illusie nodigt u uit uw ogen te openen voor een mythe die stevig is ingebakken in de maatschappij. René Bickel illustreert hoe belachelijk en losgeslagen de farmaceutische industrie over vaccinaties eigenlijk is. Haarscherp beeldt hij uit en beschrijft hij de geschiedenis van vaccins en vaccinaties. Daarnaast onthult hij de gevaren die de geneeskunde en de farmaceutische industrie proberen te verbergen.

De auteur heeft zijn eigen specifieke manier om de meest serieuze onderwerpen begrijpelijk te maken, helder, eenvoudig en amusant. Hij gebruikt humor als een wapen.

Dit boek is zowel humoristisch als leerzaam en sluit gegarandeerd aan bij de interesse van het



publiek. Bovendien spreekt het diegenen aan die minder graag lezen. Het geniale gebruik van de illustraties maakt het vertellen van de verhalen van Big Pharma over vaccins, niet alleen eenvoudig te begrijpen, maar ook verrassend grappig en tegelijk volkomen onlogisch.

Speciaal geschreven zodat jonge ouders, zonder pressie, een "weloverwogen beslissing" kunnen nemen om hun kinderen wel of niet te laten vaccineren.

Robin de Ruiter

Vaccineren: De grote illusie

Auteur: René Bickel

ISBN/EAN: 978-90-79680-91-7

Supersoep . . .

Supersoep . . . Ja dat kun je wel zeggen van deze soep.

Een groentesoep met als basis: biologische groenten en kokosvet.

Wij beginnen vaak met het fruiten van enkele fijngesnipperde uien in kokosvet. Dan volgen de overige groenten. Op het laatste moment wordt de soep aangevuld met fijngesneden blad en stelen van brandnetel, zevenblad, fluitenkruid en kleeftkruid.



Alleen zeezout, zwarte peper en twee rode pepers met zaden werden toegevoegd op een grote pan van 11 liter. De groenten en 'wilde' groenten moeten de smaak maken.

De tip is: maak een pan soep zoals je dat zelf wenst met de groentesoorten die je zelf samenstelt.

Waar het hier om gaat is de aanvulling van 'wilde' groente en kruiden geplukt in de vrije natuur of eigen tuin.

Deze aanvullingen zijn krachtig; we kunnen dan ook rustig spreken over krachtpatsers en indien vers geplukt en direct verwerkt bevatten zij een hoge energiewaarde en veel vitamines en mineralen.

Het zal velen logisch in de oren klinken dat wanneer je groente oogst en snel verwerkt deze je het meeste rendement schenken.

Het mooie van 'wilde' groenten is dat zij konden groeien zoals zij dat wensten, zij kiezen zelf hun locaties, met wel de kanttekening dat we altijd oogsten waar geen negatieve invloeden 'van buiten' verspreid zijn.

Een weide of een stuk landbouwgrond naast een 'oogstgebied' waar men mest injecteert of waar pesticiden zijn verspreid midden we, ook al staan de brandnetels daar nog zo te stralen. We blijven kieskeurig want alles wat men spuit, vernevelt en verspreidt zich door de lucht en wat men in de bodem aanbrengt verspreidt via het grondwater.

Er zijn genoeg plaatsen waar je kunt oogsten en wie de term 'onkruid' al lang heeft laten varen zal ongetwijfeld, wanneer hij of zij in het bezit is van een eigen tuin, de brandnetels, het zevenblad, fluitenkruid en kleeftkruid al lang hebben toegelaten.

Wie zich bezig houdt met Permacultuur weet dat dergelijke planten onmisbaar zijn in een goed ecologisch verhaal en voor een goede samenhang zorgen, en lacht om het woord 'onkruid'.

Een onkruid is een plant die zich laat zien op plaatsen waar de mens die plant niet heeft bedacht of zelfs niet wenst. Dan heet het onkruid.

Wij zeggen daarom 'onkruid' tussen aanhalingstekens.

Bij deze supersoep gingen de brandnetels iets eerder in de pan dan de andere 'wilde' groente, de rest ging er fijn gesneden op het laatste moment bij en door alles goed te roeren gaarden deze snel door de al kokende soep. Supersoep, nog een reden om deze soep een supersoep te noemen was het feit dat we met een flinke groep deze soep maakten.



Namelijk met de aanwezigen bij studiegroep Exmorra van Project 7-Blad. Zesmaal per jaar met gelijkgestemden een middag kennis delen en een luisterend oor voor elkaar hebben. Studie mag met een knipoog benaderd worden maar toch met een serieuze ondertoon; het zijn middagen met inhoud en invullingen waar we allemaal wat aan hebben.

Samen kokkerellen staat ook wel eens op de agenda en deze soep maakten we als afsluiting van een middag om daarna samen heerlijk beschut, in het zonnetje, de middag af te sluiten en plannen te maken voor de volgende woensdagmiddag.

Deze groepen kunnen op verschillende middagen draaien, in Brabant en Noord-Holland draait er een op zondagmiddagen als voorbeeld.

Supersoep, ook wel team-soep kun je met weinig middelen met elke willekeurige groep *samen* maken.

Daarom deel ik dit idee graag.

Je hebt een grote pan of een heksenketel nodig, groenten, vet, water, zout en kruiden.

Samen snijden schept gezelligheid, er ontstaan vaak waardevolle gesprekken. Vooraf even de taken verdelen, de groente wassen, snijden en één persoon gaat over de pan met inhoud.

Voor je het weet heb je een buurtsoep, een sportsoep, een schoolsoep, een collega-soep, je kunt het verzinnen zoals je wilt.

Wij gaan zeker weer een soep maken.

Met de blik op gezond en 'wilde' ingrediënten kun je voor grote groepen zeer betaalbare maaltijden maken en de saamhorigheid groeit met de minuut. Laat creatievelingen de tafel gezellig dekken, veldbloemen in een vaas, lantaarn met kaars en voor je het weet . . . Super!



Anneke

Geef ze van katoen!



Leuk om cadeau te geven en om zelf te gebruiken.

Vaatdoekjes van 100% katoen. In het kader van bewust omgaan met de natuur is het ook een 'dingetje' eens stil te staan bij welk materiaal we gebruiken om te poetsen in plaats van alleen over de schoonmaakmiddelen na te denken.

Er zijn uiteraard vele variaties en maten mogelijk, ik deel even zoals ik ze maak.

Enne . . . tussendoor even breien is zeer meditatief! 😊
Ook inspirerend om op ideeën te komen, dit moet mijn familie maar niet lezen want dan denken zij vast . . . O jee, straks komt ze weer met een idee en dat gaat meestal tijd kosten. 😊
Geintje...

Breinaald 3 en bolletjes katoen . . .

76 steken

2 recht 2 averecht, twee naalden en dan verspringen, dus krijg je blokjes. (48 blokjes boven elkaar, dus zonder de opzetnaald en afhechtnaald 96 pennen breien).

4 recht 4 averecht, vier pennen en dan verspringen, ook dan krijg je blokjes. (22 blokjes boven elkaar).

Een variant is 2 recht, 2 averecht, twee pennen, dus 1 rij blokjes, dan 1 pen recht, 1 pen averecht en dan weer blokjes, zo om en om. Bij vaatdoekjes met blokjes van 4 pennen kun je 1 pen recht breien, 1 pen averecht, weer 1 pen recht en nogmaals 1 pen averecht en dan weer een rij blokjes, om en om geeft dat ook een leuk effect.
Ribbels, dus alleen maar recht breien. Ook leuk met twee kleuren, ribbel om ribbel.

Je kunt je uitleven, kabels, vele patronen zijn mogelijk.

Snel resultaten! 😊

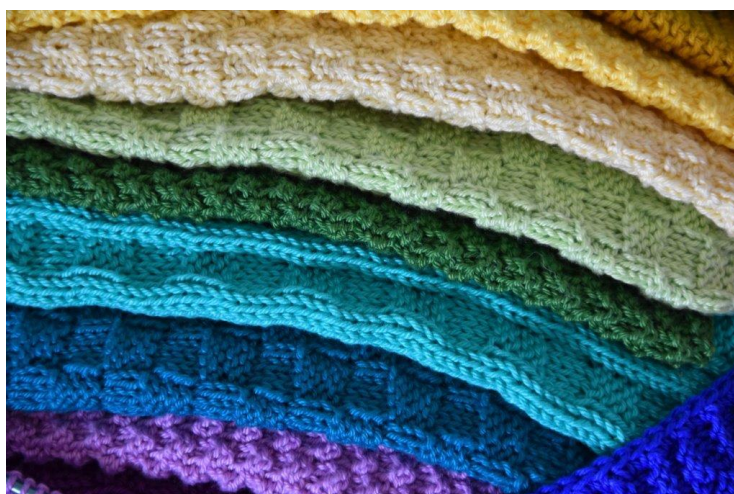
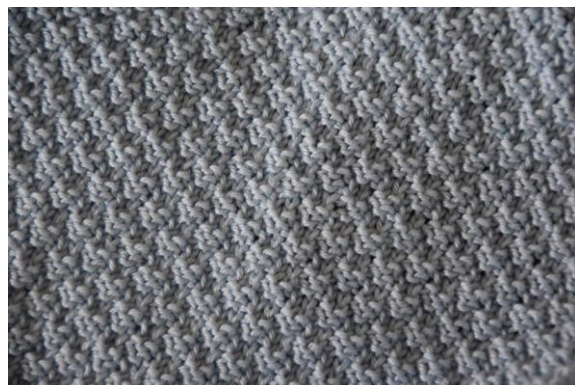
De 'onder en bovenkant' laat ik zo, langs de 'zijanten' haak ik een randje.

Deze doekjes zal ik alleen op het aanrecht gebruiken.

Voor ander poetswerk zijn er wel andere opties.

Maar het staat natuurlijk wel heel leuk als dit soort zelfgemaakte doekjes in de keuken prijken.
Toch?

Anneke Bleeker



Gratis wandeling 17 augustus

Voel je welkom om zaterdag 17 augustus met ons te bekijken wat er zoal aan 'wilde' groenten, kruiden en eetbare bloemen te scoren valt in de kop van Noord-Holland...



Project7-blad organiseert op zaterdag 17 augustus een kennismakingsdag in de kop van Noord-Holland . . .

Samen genieten, ervaren, kennis delen, het samen heel gezellig hebben en geïnspireerd huiswaarts gaan.

Samen met studiegroep Schagen en Alkmaar vallend onder het concept van Project7-blad organiseer ik, Anneke Bleeker samen met Jenny Stam deze zaterdag.

Iedereen met interesse is welkom.

We verzamelen om 11.00 uur op een nog nader te bepalen locatie.

De dag loopt tot . . . zoals het loopt. Dat kan 16.00 uur zijn, het kan 17.00 uur zijn, voor de avond sluiten we af.

Wij hebben de tijd en we kunnen niet in één uurtje veel delen, we moeten de tijd hebben voor iedereen persoonlijk en als groep.

De dag organiseren wij belangeloos, als we starten en/of afsluiten bij een horecagelegenheid is de consumptie voor ieders eigen rekening.

En . . . mijn aandeel zal zijn dat ik zal stoppen bij heel veel planten, kruiden, bomen en struiken die we tegenkomen om te vertellen wat je ermee kunt doen.



We vertellen altijd alleen over dat wat wel eetbaar is om achteraf geen verwarring te laten ontstaan.

Deze dag is bedoeld om eens de sfeer te proeven zoals wij al veel langer op pad gaan, om wellicht kennis te maken met dat wat in de vrije natuur groeit en eetbaar is voor wie daar nieuwsgierig naar is, dames, heren, jongeren en de 'oudere jongeren', allemaal welkom. (Jongeren vanaf dat zij interesse hebben en graag willen leren wat ons kan dienen uit de vrije natuur).

Aan het eind is er gelegenheid voor de liefhebbers om te oogsten zodat je thuis de maaltijd in stijl kunt bereiden.

Denk aan zeekraal en andere gezonde heerlijkheden.

Opgeven voor 17 augustus: anneke@project7-blad.nl

Wie interesse heeft in de studiegroep op een aantal vrijdagochtenden per jaar en/of de tien zondagmiddagen in Alkmaar kan Jenny Stam mailen: jenny-stam@hotmail.com

Anneke



Draag een boompje bij . . .

Tijdens de middagen met studiegroep Exmorra komt het onderwerp 'Voedselbossen' regelmatig voorbij.

Het is en blijft mooi en ook zeker interessant om over deze mogelijkheid te spreken maar nog mooier is het als we een boompje kunnen bijdragen.

Vrijwilligers gevraagd voor het beplanten van het voedselbos.
Op langere termijn voor het oogsten en snoeien.



Dorpsbelang Menaldum Werkgroep Bosk en Iepen Fjild.

Werkgroep: Meindert keizer, Ankie Keizer,
Jelmar Lautenbach, Maria Brukx, Heleen
Heijn, Rina Langendijk

Contactpersoon / PR: Maria Brukx
Fleringastrjitte 1 tel. 0518-452568
Voorzitter: Meindert Keizer
Graldasingel 45 tel. 0518-452015

Voor meer info: www.menaldumdorp.nl

Voedselbos Menaam

*Een voorbeeld voor
Noardwest Fryslân*



Dat kan...

Want één van de deelnemers aan deze middagen vertelde al diverse keren over haar bijdrage aan het 'Voedselbos in Menaam' dat zij samen met een groepje uit het dorp aan het creëren is.

Nu nog op papier, het staat in de startblokken maar zoals met alles hebben ook zij geld nodig als ruilmiddel om bomen, struiken en planten aan te schaffen.

Dergelijke initiatieven vragen veel voorbereiding en voordat de eerste spa de grond in gaat stroomde er al heel wat water door de diverse meren, sloten en kanalen.

Maar . . .het kan ook anders . . .

Velen kunnen helpen om een voedselbos te laten ontstaan.

Je kunt zelf boompjes stekken. Boompjes die spontaan extra in je tuin opkomen kun je in potten planten en schenken aan dergelijke mooie initiatieven.

Wie boompjes, struiken of planten wil stekken, ook mogelijk.

En . . . wie een kwekerij heeft of kent, een hoveniersbedrijf, een tuincentrum . . . en men is bereid enkele bomen, struiken en/of planten te schenken kan als donatie het 'Voedselbos in Menaam' helpen laten ontstaan.

Wel is het handig om dit via overleg aan te pakken zodat er niet 500 braamstruiken aangeleverd gaan worden en verder niets.

Maria Brukx is te benaderen.

De gegevens staan op de folder hierboven en -onder afgebeeld.

Hoe mooi kan het zijn als een bedrijf dit als reclame kan zien? Met een bordje in het voedselbos waarop de naam van de gever staat.

Als idee . . . de initiatiefnemers in Menaam zullen alles in goede banen leiden, wij delen dit idee en het zou geweldig zijn als we via Maria bij studiegroep Exmorra op de hoogte gehouden worden.

We gaan als studiegroep beslist een kijkje nemen als er iets te bewonderen valt.

En ook de deelnemers van de studiegroep opperden al diverse mogelijkheden om zelf aan te leveren.

Dit is een begin, een idee wat ook op andere plaatsen overgenomen kan worden.

Samen zaaien is samen oogsten!

Dankjewel alvast als je helpt meedenken, aanleveren of een geldbedrag wilt schenken aan het te planten voedselbos in Menaam.

Dank alvast namens Maria Brukx.

Anneke

Wat is een voedselbos?

Wist je dat je veel meer eten kunt halen uit de natuur dan je denkt?
Eten vinden in je eigen omgeving was vroeger heel gewoon.
In het verleden waren bossen ecologisch in evenwicht.

In een voedselbos proberen we de balans weer te herstellen. Het is een onderdeel van permacultuur.

Bovendien kun je profiteren van de opbrengst van een voedselbos. Je leert er van alles te ontdekken, ervaren en proeven.

Een voedselbos is een natuurbeleving.

Ook is een voedselbos een belangrijke aanvulling op de landbouw van de toekomst. Voedsel verbouwen in het bos.



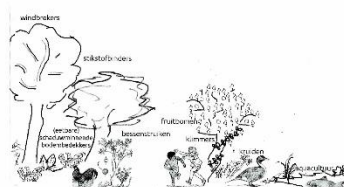
Een Voedselbos heeft 7 lagen:

1. Kruinlaag met hoge bomen die de wind breken: zoals tamme kastanje en walnoot.
2. Kleinere bomen: fruitbomen, o.a. appel, peer, kweeper en mispel.
3. Struiken: hazelaar, olijfwilg en kruisbes
4. Kruidlaag: zoals rabarber, daslook
5. Kruipers: o.a. bosaardbei
6. Klimmers: zoals druif en braam
7. Bosbodemleven: wortels, microben, schimmels

De plantensoorten in de 7 lagen versterken elkaar.

Permacultuur principes:

- ~ Vaste planten in plaats van eenjarige gewassen.
- ~ Er wordt niet geploegd, gewied noch gemest.
- ~ Er worden geen bestrijdingsmiddelen gebruikt.



Doel van een voedselbos in Menaam:

- ~ Meer biodiversiteit
 - ~ Meer natuurbeleving
 - ~ Leren van de natuur
 - ~ Saamhorigheid (Menskip) bevorderen
 - ~ Natuureducatie jongeren bevorderen
 - ~ Workshops:
- Leer bijvoorbeeld je eigen jam en gelei maken en thee van bloemen en kruiden.



Alternatieve studiegroep in Willingen in Sauerland



Afgelopen week zijn we samen geweest in Willingen in het Sauerland.

Een midweek met een alternatieve studiegroep bestaande uit enkele gastvrouwen en andere gedreven dames. Het idee was om elkaar te inspireren, van elkaar te leren en het uiteraard gezellig te hebben. Dat is gelukt!

Het was heel gezellig, we hebben gelachen, we hebben natuurlijk ook lol gemaakt maar tevens serieuze gesprekken gehad. Mooie informatie gedeeld, ideeën benoemd die we met de studiegroepen kunnen uitvoeren/delen.

Geslaagd en volgend jaar willen we deze mogelijkheid weer presenteren. We kijken terug op een afspiegeling van de studiegroepen.

We wandelden, keken naar wat er eetbaar is en voor je voeten groeit. We hebben een avond gezamenlijk voor de maaltijd gezorgd. We trokken een kaart met een boodschap. We maakten een bijenwastekening. We deelden heel veel informatie, dit gebeurde allemaal spontaan.

We bezochten een edelsteenbedrijf en genoten daar naartoe van het landschap.

Eigenlijk was het een midweek de sfeer van één dag of middag zoals we gewend zijn bij de groepen.

Het leuke is dat men nu onderling contact heeft en dat voedt elkaar waardoor dat een positieve wissel heeft op de groepen in het algemeen.

Interesse om meer te weten over ons uitje, lees mijn dagelijks verslag dat ik op facebook heb bijgehouden en hieronder volgt!

Anneke

Verslag alternatieve studiegroep in Willingen



Maandag 8 juli is iedereen in de loop van de middag gearriveerd.

We maakten kennis, ik kende iedereen maar niet iedereen kende elkaar, dat krijg je als men vanuit het noorden tot in het zuiden bij elkaar komt. Maar . . . ik (Anneke) wist op voorhand dat het zou klikken. :)

We genoten van Marja's zelfgemaakte vlierbloesemchampagne.

Proost op een paar mooie dagen! We aten bij een gezellige en ook kwalitatief goede pizzeria aan de Briloner Strasse, de hoofdstraat in Willingen en daarna ging iedereen naar de eigen appartementen, meest twee personen bij elkaar.

Dinsdag 9 juli gaan we 'studerend' de Ettelsberg op in Willingen om daarna al kijkend naar 'wilde' groenten, kruiden en eetbare bloemen via Stryck weer af te dalen.

Ondertussen komen er natuurlijk vele onderwerpen voorbij en zal de dag te kort zijn om alles te bespreken.

Morgen weer een dag. :)

Mooie natuur, waardevolle onderwerpen, gelijkgestemden samen op stap . . . Genoeg ingrediënten om van te genieten.

We starten de dag morgen samen met koffie en . . . zelfgebakken taart door één van de dames die vandaag samen met ons haar verjaardag viert.

Feestje! :)

We beginnen de dagen wat later op de ochtend zodat iedereen rustig op kan staan, wellicht eerst nog gaat zwemmen of naar de sauna, ook aanwezig in het complex waar we in appartementen verblijven.

Een leuk adres waar wij al jaren bekend zijn, sterker nog: deze maand is het 40 jaar geleden toen ik hier voor het eerst kwam.

Willingen . . . ik ken het als mijn broekzak. :)

Zo leuk om met bekenden een wandelgebied te betreden waar wij al zo bekend zijn.

Dit moeten we er maar inhouden!

Jaarlijks uitje! ;-)

Ook dat is Project7-blad. Via leuke gezellige evenementen leuke, waardevolle en goede gesprekken delen, kennis delen en ontspannen.

Want als we het gezellig hebben voeden we onszelf positief en dat werkt door op alles en iedereen!

Feestje, cadeautjes, chocoladetaart, wandelen, 'wilde' groenten, kruiden en eetbare bloemen, nog een keer taart, gezellig, waardevol...

Een terugblik op een heerlijke dag . . .

Dinsdag 9 juli begonnen we de dag in Willingen met het vieren van de verjaardag van Corien, één van de dames aanwezig vanuit de studiegroepen vallend onder Project7-blad. We wisten allemaal al dat zij jarig zou zijn tijdens deze dagen dus daar hadden we op geanticipeerd door allemaal een cadeautje mee te nemen.



Corien dacht ons te verrassen met haar zelfgemaakte taart bij een kop koffie of thee in hun appartement wat bijzonder goed uitkwam om allemaal op de afgesproken tijd samen te komen en van tevoren net te doen alsof wij van niets wisten.



De heerlijke chocoladetaart zorgde voor een goede bodem zodat we na het gezellige samenzijn waarbij de nodige ideeën al benoemd werden om met de studiegroepen uit

te voeren in Nederland, aan de wandel konden.

We gingen met de kabelbaan naar boven op de Ettelsberg en vandaar wandelden we richting Stryck, een heel klein plaatsje aan de andere kant van Willingen.

We zagen van alles groeien en bloeien en stonden dan ook zeer regelmatig stil.

Jenny zag veel mooie houten stronkjes, we noemde haar Jenny de Jutter, want er ging van alles mee in de tas.

Ikzelf zag een pracht stuk leisteen en ook dat verdween in mijn tas.

Beetje zwaar maar de schoonheid was van dien aard, als het 'straks' op een tuintafeltje in onze tuin ligt te pronken zal ik met plezier terugdenken aan deze dag.

Zo leuk als je met gelijkgestemden op pad bent want de blik op van alles wat groeit is samen zo mooi, waardevol en het schept nog meer een band.

Maar daarnaast kun je ook over van alles met elkaar spreken, vele onderwerpen passeerden de revue.

We liepen langs de Mühlenkopfschans, bekend van skiwedstrijden in de winter.

We bukten voor bloeiend zevenblad, slangenkruid, bijenkorfjes en vele andere planten. Het niet eetbare vingerhoedskruid was het bewonderen waard, in grote aantallen lieten zij zich zien.



Uiteindelijk kwamen we aan in Stryck en daar vingen we eerst bot bij een tweetal horecagelegenheden voor een 'bakkie' maar een derde poging op een ander adres was wel succesvol. En tja . . . De yoghurttaart met vruchten lonkte en we zeiden . . . yoghurt en vruchten zijn goed als late lunch. :)

Even rechtgesproken wat krom was maar we hadden het gewoon verdiend.



Vanuit Stryck liepen we via 'ons' Pooh paadje naar Willingen.

Het Pooh paadje zoals wij dat noemen loopt langs een beekje met stromend water, over bruggetjes en is een prachtig stukje om te lopen.

De naam van dit pad is bij ons ontstaan toen onze zoon en dochter nog klein waren. In een verhaal van Winnie de Pooh

gooide Pooh stokjes in het water, Pooh stokjes genaamd. Deze stokjes verplaatsen zich door stromend water en dat deden onze kinderen na toen zij klein waren.

En dan ontstaat er weleens wat en zo hebben wij het nog altijd over het Pooh paadje.



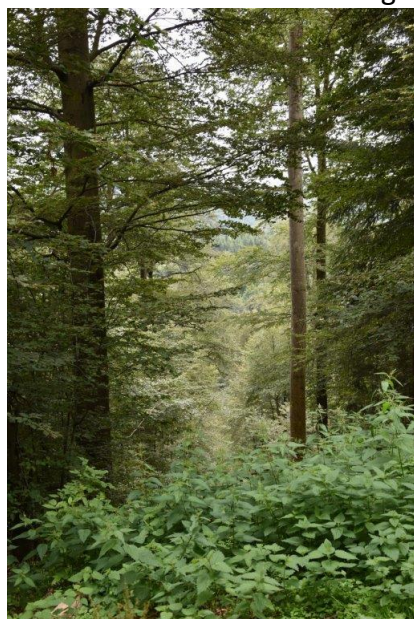
Een aantal dames, waaronder ik, plukte een bos moerasspirea om te laten drogen. De gedroogde bloemen zijn fantastisch in theemengsels te gebruiken of fijngemalen als zoetstof.

In de hoofdstraat van Willingen aangekomen liepen wij bij de edelstenenwinkel van de firma Lange naar binnen. Deze winkel is een filiaal van een winkel met slijperij in Bergfreiheit waar we donderdag naar toe zullen gaan.

Even voorproeven en een aantal dames kochten alvast iets moois.



Daarna was het nog een aardige tippel terug naar de appartementen. De weg daarnaartoe loopt stiekem aardig omhoog op maar uiteindelijk kwamen we vol-
daan terug op onze thuisbasis. Iedereen had toen nog even de tijd bij te komen voor we met een paar auto's de weg terug naar de hoofd-
straat namen.



We aten bij een heerlijke gelegenheid waar iedereen zelf kon kiezen. We kijken terug op een gezellige, waardevolle dag.

Woensdag weer aan de wandel, de glasblazerij bezoeken en gezamenlijk de maaltijd bereiden om op het terras bij één van de appartementen samen te gaan eten.

Dat belooft weer een mooie dag te worden.

En . . . ondertussen denken we aan de bestaande studiegroepen bij Project7-blad en gunnen we heel veel personen dit soort mooie momenten dus er mogen veel meer van dergelijke groepen (groepjes) ontstaan.

Zon, bergen, wandelpaden, bloemen, bomen, vlinders, samen voor de maaltijd zorgen, genieten en wastekeningen maken...

Een welbestede dag!

Woensdag 10 juli begonnen we met de groep vallend onder Project7-blad met het samen drinken van koffie of thee.

Eerst even allen de tijd gegund zelf wat te ondernemen, bijvoorbeeld zwemmen, de sauna bezoeken, of wat men maar wilde.

Tijdens dit samenzijn kwamen er wel heel verschillende onderwerpen voorbij en daaruit bleek al snel dat we qua kennis wat er meer gaande is in de wereld op eenzelfde spoor zaten.

Dat wisten we al maar soms zijn er weer vele bevestigingen.

Onze gezamenlijke mening was wel dat we ons juist moeten richten op dat wat wel mooi en goed is voor de mens zodat we door samen te zaaien ook samen mooie dingen kunnen oogsten.

Oogsten in de vorm van veel groepjes in het land waar men graag bij elkaar komt zoals wij dat ook doen met een aantal groepen die nu al draaien verspreid door het land.

Het bos in!

Dat was de kreet en we stapten niet lang daarna de deur uit en wandelden we een niet al te groot rondje maar wel mooi met diverse uitzichten over Willingen.

Er bloeide en groeide van alles, de houten sculpturen gemaakt uit resten van boomstammen waren al aardig aangetast vergeleken bij jaren geleden maar nog steeds mooi om te aanschouwen.



Toen we richting de appartementen liepen zagen we een behoorlijke bloemenweide waar het nodige geplukt kon worden voor de salades die we wilden maken.

De bloemen snel op water gezet in een paar appartementen waar gekokkereld zou gaan worden.

Daarna liepen we naar de glasblazerij van Willingen. Altijd leuk om even te bezoeken. Vogeltjes van glas op een steel voor in de tuin, mooie vazen, waxinelicht houdertjes en andere ornamenten voor binnen, genoeg te zien en voor elk wat wils als je wat zoekt voor jezelf of om cadeau te geven.

We bespraken wat we wilden gaan kokkerellen toen we na het bezoek aan de glasblazer weer 'thuis' waren. Er moesten wat boodschappen gedaan worden, er was nog tijd om allemaal even in het eigen appartement te verblijven en om 18.00 uur verzamelden we bij twee van de dames waar een groot balkon bij het appartement genoeg ruimte bood voor ons allemaal. Balkon? Groot terras is een betere omschrijving.

De maaltijd werd op de tuintafel getoverd en we genoten samen van de heerlijke salades opgesierd met eetbare bloemen, de vrolijke aanblik van het geheel en de pure smaken.

Een maaltijd met liefde samengesteld en dat proef je!

Jenny verraste ons met een mooie sortering kleuren om een waskaart te maken.

Dat was een leuke en vooral ook mooie onderneming als avondinvulling.

We bespraken met elkaar de resultaten en voor we het wisten was het tijd om op te breken.



Een welbestede dag!
Gezellig, waardevol en supergezellig.
Donderdag de 11e naar Edelsteenslijperij Lange in Bad Wildungen - Bergfreiheit.



'Jutten' in een kringloopwinkel, edelstenen bewonderen, koffie of thee met gebak, genieten, recepten uitwisselen, tijd te kort hebben...

Donderdag 11 juli was het qua weer een stuk minder dan de dagen ervoor maar dat kon ons niet deren.

We reden met de alternatieve 'studiegroep' vanuit Willingen naar Korbach waar Jenny en Co-rien een adres van een kringloopwinkel hadden opgedoken.

Heerlijk even 'jutten' met elkaar en natuurlijk viel er wat te scoren voor deze en gene.

Altijd wel iets wat lonkt en dan zeggen we . . . Geinig voor weinig.



Vanuit Korbach ging de tocht verder, de ruitenwissers mochten er wel bij maar toch genoten we van het wisselende landschap en de plaatsjes waar we door heen reden, op weg naar Edelsteenslijperij Lange in Bad Wildungen - Bergfreiheit.

In de winkel van familie Lange was genoeg te aanschouwen aan stenen in vele hoedanigheden. Losse stenen, vele ornamenten voor binnen of buiten, sieraden en we gingen allemaal 'voor de bijl' want je kunt dan niet zonder iets moois weer de deur uit lopen.



Familie Lange heeft naast de winkel een café, restaurant en hotel. Ge-
naamd: Edelstein - Café, Restaurant & Hotel Die Hardtmühle.

Koffie of thee met gebak leek ons een mooie afsluiting van ons bezoek aan Bergfreiheit.

In de auto wisselden de dames vele recepten uit, kwamen vele onderwerpen voorbij en soms was het droog en soms moesten de ruitenwissers erbij.

Bij Willingen in de buurt zagen we de zon voorzichtig tevoorschijn komen en toen we 'thuis' uitstapten zag het alweer heel vriendelijk.

Tegen 19.00 uur gingen we gezamenlijk weer richting het dorp waar we bij 'de Griek', Kreta genaamd, de avondmaaltijd nuttigden.

Het was gezellig, we kijken terug op een paar inspirerende dagen. Voor herhaling vatbaar.

Dank lieve dames en dank voor het originele cadeau dat wij mochten ontvangen van jullie.

Een cadeau met een leuke rode draad waar we met plezier aan terugdenken en het mooie blad als ondergrond krijgt een mooi plaatsje. ☺

Vrijdag gaan allen weer naar huis, wij zondag; we laten hier alles nog even de revue passeren.



Volgend jaar
maar weer
samen op
stap!

☺ Anneke

Agenda

aanmelden bij

Augustus

11 augustus: Studiegroep Huijbergen, 13.30 uur
 17 augustus: Gratis wandeling kop van Noord-Holland, 11.00 uur
 30 augustus: Studiegroep Siebengewald, 13.30 uur
 31 augustus: Wandelende studiegroep in Friesland, 11.00 uur

project7-bladboz@ziggo.nl
anneke@project7-blad.nl
riet.kool.rk@gmail.com
anneke@project7-blad.nl

September

1 september: Studiegroep Alkmaar, 14.00 uur
 4 september: Studiegroep Exmorra, 13.30 uur
 14 september: Wandelende Studiegroep Noord-Holland, 11.00 uur
 15 september: Studiegroep Huijbergen, 13.30 uur
 20 september: Studiegroep Schagen, 10.00 uur
 25 september: Wandelende Studiegroep in Friesland, 11.00 uur
 29 september: Gezond Verstand Lezing Sneek, 14.00 uur

jenny-stam@hotmail.com
anneke@project7-blad.nl
anneke@project7-blad.nl
project7-bladboz@ziggo.nl
jenny-stam@hotmail.com
anneke@project7-blad.nl
b.e.smit@wxs.nl

Colofon:

Redactie: Barbera Smit, Frank Bleeker
 Teksten en foto's: Anneke Bleeker, Barbera Smit, Cocky Nuchelmans, Ellen Vader, Arie de Groot, Robin de Ruiter

Kopij voor de volgende Nieuwsbrief, voor ? (Barbera Smit)	Mail naar: NieuwsbriefGVL@project7-blad.nl
Aan-/afmelden voor deze Nieuwsbrief (Marja Frederiks)	Mail naar: Marja.nieuwsbrief@project7-blad.nl
Starten Studiegroep Project 7-blad (Marja Frederiks)	Mail naar: Marja.studiegroepen@project7-blad.nl
Interesse in starten GVL-locatie of spreken voor GVL-locatie (Barbera Smit)	Mail naar: Barbera@project7-blad.nl
Aanmelden voor de Nieuwsbrief Project 7-blad Junior (Anneke Bleeker)	Mail naar: Anneke@project7-blad.nl