



NIEUWSBRIEF

PROJECT 7-BLAD

Derde jaargang, nummer 2

November 2019

Kopfoto: 'Gevederde vriendjes in de tuin' - Anneke Bleeker ©

PROJECT 7-BLAD

- Studiegroepen
- Wandelende Studiegroepen
- Wandelingen
- Gezond Verstand Lezingen
- Het Wilde Genieten

Inhoudsopgave:

Pagina	1	:	Kopfoto - Gevederde vriendjes in de tuin - Anneke Bleeker
Pagina	2	:	Inhoudsopgave
Pagina	3	:	Voorwoord - Barbera Smit
Pagina	4	:	Gezond Verstand Lezing Sneek - Barbera Smit, Jetty van der Graaf
Pagina	7	:	Gezond Verstand Lezing Lepelstraat - Barbera Smit, Peter Toonen
Pagina	9	:	Hoi Lieve mensen - Arie de Groot
Pagina	11	:	Boven de wet? - Ellen Vader
Pagina	13	:	Studiegroep Alkmaar - Jenny Stam
Pagina	16	:	Studiegroep Exmorra luidde 13 november het 7 ^e jaar in ... - Anneke Bleeker
Pagina	17	:	Ingezonden
Pagina		:	- Het terugnemen van je macht, je soevereiniteit
Pagina	19	:	- Link naar 2020 Solar Almanac
Pagina	20	:	- Zijn voordelen 5G het gezondheidsrisico waard?
Pagina	24	:	- Link naar Stop 5G
Pagina	25	:	- 5G en gezondheid - Dr. Anna Kruyswijk-van der Heijden
Pagina	28	:	Colofon en slotfoto

Voorwoord

Aan alles is te merken dat het bijna winter is. De dagen worden nu echt snel korter, het is een stuk kouder wat ik soms goed merk als ik Beitske mijn hond uitlaat.

Dikke jas aan en shawl om 's ochtends vroeg. Toch bloeit er hier en daar ook nog wel wat. Vorige week zag ik tijdens mijn wandeling, terwijl Beitske druk aan het graven was op een braakliggend stuk grond, nog het een en ander in bloei staan, zoals rode klaver, duizendblad en boerenwormkruid.

Verder is het natuurlijk nog genieten van de herfstkleuren en de vogeltjes in de tuin. Ik heb ook, net als Anneke, zie kopfoto in deze nieuwsbrief, al het een en ander opgehangen voor de vogels. Ze vliegen af en aan en hebben de vogelzaadhanger rap leeg, ook de pindakaasspot is zeer geliefd. En ja, zolang Beitske niet in de tuin is durven ze. . .

We hebben weer getracht een mooi gevulde nieuwsbrief samen te stellen met informatie over onze activiteiten zoals de gezond verstand lezingen en verslagen van studiegroepen.

Arie heeft het in zijn bijdrage over een gekwetst angstig rotzakje en dankbaarheid en liefde. Ellen haar bijdrage gaat over vaccinatieplicht in een kinderopvangorganisatie. En we hebben weer ingezonden stukken en daar zit ook weer belangrijke informatie over de 5G bij. Zie ook een stuk over 5G van dokter Anna Kruyswijk.

Veel leesplezier en tot de volgende maand,

Barbera Smit

Reageren op deze nieuwsbrief kan naar barbera@project7-blad.nl



Gezond Verstand Lezing Sneek

Cholesterolgekte en de statineleugen door Jetty van der Graaf

Onze evolutie begon met het eten van vruchten etc., zo'n 3,5 miljoen jaar geleden gingen we vlees en vis eten.

Zo'n 10.000 jaar geleden begonnen we granen te verbouwen. Ongeveer 150 jaar geleden werd geraffineerde suiker aan ons menu toegevoegd, en begin 20^{ste} eeuw begon de industrialisatie van ons voedsel, bewerkingen en chemische toevoegingen. Tegenwoordig moet voedsel: "er mooi uitzien", "lang



houdbaar zijn", "makkelijk te bereiden zijn", "snel klaar zijn". Het huidige voedsel heeft niets natuurlijk meer.

Een enorme toename van hart- en vaatziekten (HVZ) begon een kleine 100 jaar geleden.

Hoe is de hele cholesterolmythe ontstaan? Daarvoor moeten we ruim 60 jaar terug in de tijd, toen Ancel Keys de resultaten bekend maakte van zijn grote onderzoek: *De 7-landen Studie*, waarin hij een link vond tussen HVZ en veel vet eten. Aanvankelijk waren meer landen onderzocht, maar in 16 van 22 onderzochte landen werd geen link gevonden, of zelfs een omgekeerd effect. Toen een aantal landen deze link absoluut niet hadden heeft hij deze eenvoudige weg geschraapt.

Een hoog cholesterolgehalte in je bloed, dan moet je wel veel cholesterol en vet eten!

Eskimo's eten veel vis, vet en vlees, en daar komen géén hart en vaatziekten voor.

Bestudering van de Masaï, een nomadenvolk in Kenia: De hoogste inname van verzadigd vet en cholesterol ooit waargenomen. Hun voeding bestaat hoofdzakelijk uit melk, vlees en vet, toch zijn er geen hart- en vaatziekten gevonden.

De dieetvoorschriften volgden al snel: geen verzadigd vet meer, geen cholesterol, geen eieren etc. Maar de sterfte aan HVZ daalde helemaal niet.

Dit alles is gebaseerd op valse statistieken en verkeerde voorlichting.

Als wij al miljoenen jaren veel vlees en vet gegeten hebben, en cholesterol is zo'n ontzettend belangrijke stof voor het leven, zou ons lichaam dan opeens de laatste decennia zoveel dommer geworden zijn? Zou een essentiële stof zich zomaar opeens tegen ons eigen lichaam keren, dan zouden we toch gewoon uitsterven? Als cholesterol echt zo belangrijk is voor ons functioneren, dan leef je echt niet langer als je dit gaat verlagen!

Thema-lezingen
op MAANDELIJKE
basis, waarbij onze
GEZONDHEID
centraal staat, op een
ONGEDWONGEN
manier en bestemd
voor IEDEREEN

8 DECEMBER 2019
**CHOLESTEROLGEKTE
& DE STATINELEUGEN**
Jetty van der Graaf

Tijdens deze lezing vertelt Jetty waarom cholesterol zo ontzettend belangrijk is voor het leven en je gezondheid, waarom je dit dus eigenlijk helemaal niet mag verlagen. Ook hoe deze mythe in de wereld gekomen is en dat het een sneeuwbaaleffect van andere problemen heeft ontwikkeld. Hoe zijn de statines ontstaan en waarom zijn ze zo populair geworden?

Ook zal worden uitgelegd hoe hart en vaatziekten werkelijk ontstaan en wat je preventief kunt doen. We willen allemaal gezond worden, gezond leven en oud worden. Genezen met verstand en niet met medicijnen.

Locatie Barbera Smit, Geertrui Potveer
Parkflat
Adres Dekamalaan 17
8604 ZG Sneek

Aanvang 14.00 uur, welkom vanaf 13.30 uur
Entree € 10,00
Aanmelden b.e.smit@wxs.nl ☎ 0515-442989 / 06 22523887

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

Maar de overheid bleef de voorlichting over verzadigd vet en cholesterol glashard volhouden, ondanks een toename van HVZ. Wat was men blij toen begin jaren '70 een medicijn op de markt kwam dat de cholesterol-productie in de lever kon blokkeren.

*Een eenzame, koude vallei in noord China, een vijandige plek, waar een klein plantje zich dapper vastklampt aan het bestaan. Het heet **Red Yeast Rice**, en moet zien te overleven temidden van beesten die dit eigenlijk best een lekker hapje vinden. De truc is dat het een **gif (lovastatine)** produceert, dat alle dieren die zo stom zijn om het eten zal doden.*

Een farmacoloog van de Amerikaanse overheid op zoek naar biologische wapens, ontdekte dit plantje en zijn gif, en nam het mee om te onderzoeken.

Als gif was het niet erg bruikbaar, maar de ontdekking dat het HMG-CoA reductase remt, en dus de cholesterol-productie, was het begin van de statine-natie.

Nu moet iedereen met een (licht) verhoogd cholesterol al aan de statines, de normaalwaarden zijn gedaald van 7 mmol/l in de jaren '60 tot tegenwoordig 5,0! Bovendien loop je om wat voor reden dan ook extra risico op HVZ (met een normaal cholesterol) of heb je diabetes dan schrijft de consensus tegenwoordig ook al cholesterolverlagers voor.

Er bestaat geen "slecht" en "goed" cholesterol! LDL (Low Density Lipoproteïne), HDL (High Density Lipoproteïne), VLDL (Very Low Density Lipoproteïne) zijn TRANSPORT-EIWITTEN!

LDL vervoert o.a. cholesterol naar alle cellen in het lichaam, omdat het overal nodig is!

HDL voert cholesterol terug naar de lever voor o.a. hergebruik. HDL is goed omdat het overgebleven cholesterol terugvoert naar de lever o.a. voor hergebruik, omdat het zo'n nuttige stof is dat er niets verloren mag gaan! Statines verlagen LDL doordat er minder cholesterol door de lever geproduceerd wordt, dus kan er minder naar de cellen vervoerd worden, het is een schijnverlaging omdat niet het transporteiwit LDL zelf daalt, maar de verhouding van de transporteiwitten waarin cholesterol zit wijzigt!

Begin jaren '80 werden de termen "goed" en "slecht" cholesterol door fabrikant Merck geïntroduceerd, rechtstreeks aan het publiek, buiten de artsen en wetenschappers om.

Dit vooral om meer statines te kunnen verkopen. LDL werd "slecht" gedoopt omdat deze door de statines beïnvloed wordt.

We worden massaal "vals" voorgelicht door de overheid, en alle artsen die het zo geleerd hebben (met dank aan de farmaceutisch industrie) en helaas niet beter weten, om meer omzet in cholesterolverlagende medicijnen te genereren! Dit is een miljoenen-maffia!

Cholesterol verlagen is gevaarlijk – levensbedreigend.

- | | |
|---------------------------------|---|
| - Vitamine D tekort | risico osteoporose, kanker, diabetes |
| - Cortisol tekort | stress management verstoord, bijnierschorschormonen, waterhuishouding |
| - Slechtere cognitieve functies | geheugenverlies; synapsen in hersenen = cholesterol! |
| - Tekort Co-enzym Q10 | energietekort, vermoeidheid, spierslapte, orgaanzwakte |
| - Verlaging antioxidant | slechter herstel na operaties en brandwonden |
| - Minder geslachtshormonen | libidoverlies, impotentie, onvruchtbaarheid |

Bijwerkingen statines:

- | | |
|-------------------|--|
| - Polyneuropathie | Zwakte van de gelaatspiers |
| | Moeilijkheden met gebruik van armen, handen of voeten. |
| | Moeite met lopen |

Gevoelsveranderingen in ledematen, zoals pijn, brandend gevoel, tinteling, 'doof' gevoel of verminderd gevoel.

Moeite met slikken, moeilijker spreken, heesheid of stemverandering
Verlies van spierfunctie of verminderd gevoel in de spieren, spierpijn (rhabdomyolyse)

Pijn in de gewrichten, vermoeidheid.

- Hartfalen (je hart is een spier!)
- Depressie
- Schade aan de hersenen: aantasten hersenfuncties en verhoogd risico op hersenbloedingen.
- Diabetes
- Leverschade
- Kanker
- Ernstige geboortefwijkingen (40% bij zwangere vrouwen die statines slikten)
- Vaker ontwikkelen arteriosclerose!
- Cataract

De werkelijke oorzaak van aderverkalking (even heel in het kort) ligt in de bloedvaten zelf, slecht collageen door te weinig vitamine C.

Door stress en bloeddruk ontstaan haarscheurtjes in de verzwakte bloedvaten, deze wondjes worden gerepareerd door trombocyten en stollingsfactoren te activeren. Door de wondjes, ontstekingsreacties en weer nieuwe wondjes is de binnenwand van de slagaders niet glad meer en alles wat voorbij stroomt kan blijven plakken.

LEZING CHOLESTEROLGEKTE & DE STATINE-LEUGEN

De cholesterolmythe ontrafeld.

De vetteleugen ontmaskerd.

De zout-fabel opgelost,

Het zonne-verbod ontkracht.

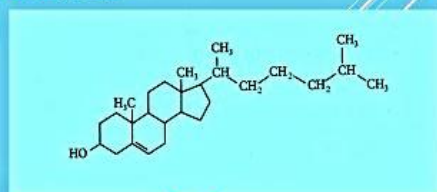
We worden verkeerd voorgelicht door de overheid.

Gezond worden en Gezonder leven zonder medicijnen.

Over de echte oorzaken van hart- en vaatziekten.

Hoe zijn de problemen (foute adviezen en statine-gebruik) ontstaan?

Genezen met verstand, niet met medicijnen!



Hier komt cholesterol te hulp schieten, cholesterol plakt en repareert juist doordat het de wand weer glad wil maken.

Cholesterol is dus niet de boosdoener maar de redder.

Behalve veel vitamine C is nog meer nodig voor een optimaal gezond leven: o.a. vitamine D3, vitamine K2, sulfaat, water, multi vitamines & mineralen en zonlicht, zonder blokkerende beschermingsfactor.

En een gezond verstand.

Als ik alle factoren hier beschrijven wil, wordt dit een heel boek.

Meer achtergrondinformatie kun je altijd bij mij opvragen.

Geneesmiddelen genezen niet, natuurlijke manieren wel!

Jetty van der Graaf

Graag tot ziens op 8 december 2019 in Sneek

Aanmelden: b.e.smit@wxs.nl

Gezond Verstand Lezing Lepelstraat

Opgesloten in een piramide door Peter Toonen

Hoe 13.000 jaar misleiding en manipulatie ons wist te ketenen - en hoe daaraan te ontsnappen

In deze lezing n.a.v. zijn nieuwe boek met de bovenstaande titel, laat Peter Toonen zien hoe in de afgelopen 13.000 jaar (dus na de IJstijd) bepaalde religieuze en buitenaardse impulsen de aanzet gaven tot het vestigen van landbouw, veeteelt, vaste nederzettingen en op de duur steden en staten die steeds groter en machtiger werden.

Rond 2012 werden steeds meer mensen ervan bewust dat er op Aarde hyperdimensionele krachten werkzaam zijn die de mensheid gevangen willen houden in een kunstmatig geschapen veld dat we kennen als de controle-Matrix.

Wat zijn de krachten achter deze piramide-structuur en wat was en is hiervan de bedoeling?

We kunnen nu naar een open cirkel van gelijkheid en transparantie, van *top-down* naar *bottom-up*: coöperatieve organisaties waarin geluisterd wordt naar intuïtie en gehandeld wordt vanuit het hart. Hoe zou dat er uitzien? Hij zal praktische tips aanreiken over hoe om te gaan met deze tijd van transitie.

Naast zijn grote feitenkennis put hij daarbij ook uit zijn ervaringen als coach en docent en uit zijn leven dat verder reikt dan de dagelijkse 'realiteit'.

Peter Toonen

Peter (1958) is coach, inspirator, verteller en schrijver van negen boeken en vele artikelen vooral over de Maya kalenders. Al meer dan twintig jaar verschijnen regelmatig publicaties en columns van hem en interviews met hem in diverse tijdschriften over deze en andere onderwerpen.

In de afgelopen jaren heeft hij zich toegelegd op het onderzoeken en beschrijven van de structuren die in onze huidige realiteit aanwezig zijn en de fenomenen die daarvan het resultaat zijn. De combinatie van zijn passie voor tijd en geschiedenis en zijn vermogen de energetische aard van zaken in beeld te brengen, benut hij graag om het onzichtbare zichtbaar te maken in ons en om ons heen.



8 DECEMBER 2019

OPGESLOTEN IN EEN PIRAMIDE

PETER TOONEN

Hoe 13.000 jaar misleiding en manipulatie ons wist te ketenen - en hoe daaraan te ontsnappen

In deze lezing laat Peter Toonen zien hoe in de afgelopen 13.000 jaar (dus na de IJstijd) bepaalde religieuze en buitenaardse impulsen de aanzet gaven tot het vestigen van landbouw, veeteelt, vaste nederzettingen en op de duur steden en staten die steeds groter en machtiger werden. Rond 2012 werden steeds meer mensen ervan bewust dat er op Aarde hyperdimensionele krachten werkzaam zijn die de mensheid gevangen willen houden in een kunstmatig geschapen veld dat we kennen als de controle-Matrix. Wat zijn de krachten achter deze piramide-structuur en wat was en is hiervan de bedoeling?

Locatie Cocky & Dirk
Adres Het Weike, Kerkstraat 82, 4664 BS, Lepelstraat
Aanvang 14.00 uur, inloop vanaf 13.30 uur
Entree € 10,00 exclusief koffie/thee
Aanmelden project7bladboz@ziggo.nl ☎ 06-55112748

GEZOND VERSTAND LEZINGEN

www.project7-blad.nl

In 2007 heeft hij de opleiding Energetisch Coach opgezet, die in 2013 is getransformeerd tot de opleiding Bewustzijns Coach te Utrecht en Roosendaal.

In 2003 won hij de *Frontier Award* voor zijn grensverleggende werk op het gebied van wetenschap en spiritualiteit. Via landelijke radio en tv werd hij bekend als '2012 deskundige'. Zijn motto is *Hou het simpel*. Maar ook: *De enige werkelijke groei is die van bewustzijn*.

Peter's websites:

<https://natuurlijk tijdblog.wordpress.com/>

www.mayatijd.nl.

www.peter-toonen.nl

Graag tot ziens op 8 december 2019 in Lepelstraat

Aanmelden: project7bladboz@ziggo.nl

Thema-lezingen
op MAANDELIJKE
basis, waarbij onze
GEZONDHEID
centraal staat, op een
ONGEDWONGEN
manier en bestemd
voor IEDEREEN

5 JANUARI 2020

KRISTALLEN ZIJN HELPENDE HANDEN

Andy van de Poel

Andy van de Poel neemt je mee op een kristalexpeditie naar het hart van jou. Kristallen vormen de rode draad om die weg fijner in kaart te brengen. Het zijn helpende handen die je laten voelen hoe jouw energie reageert op minieme invloeden. Ze geven jou de kans om deze toe te staan zonder te verkrampen door jouw idee van fijn of niet-fijn. Kristallen helpen om bij jezelf te blijven.

Tijdens deze lezing beleef je uit eigen hand hoe dat in zijn werk gaat.

Zie www.insenzo.com voor meer informatie over Andy en kristallen...

Locatie Cocky & Dirk
Adres Het Weiike, Kerkstraat 82, 4664 BS, Lepelstraat
Aanvang 14.00 uur, inloop vanaf 13.30 uur
Entree € 10,00 exclusief koffie/thee
Aanmelden project7bladboz@ziggo.nl ☎ 06-55112748

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

Thema-lezingen
op MAANDELIJKE
basis, waarbij onze
GEZONDHEID
centraal staat, op een
ONGEDWONGEN
manier en bestemd
voor IEDEREEN

19 JANUARI 2020

Een nieuwe visie op het Heelal

Robert Zwemmer

Worden graancirkels alleen maar door mensen gemaakt, of is er meer aan de hand?

En waarom blijven geleerden zo stil over dit fenomeen? Hebben ze er geen belang bij hier meer over te weten te komen? Waarom zeggen sommige vooraanstaande geleerden dat we ons maar beter koest moeten houden als het aankomt op contact met andere beschavingen?

Robert Zwemmer (1955) vertelt over zijn studie van zowel ontwikkelingen in de wetenschap, cultuur en over relevante spirituele zaken. Zijn boodschap is een andere dan die van 'geleerde pessimisten' als Stephen Hawking.

Locatie Barbera Smit, Geertrui Potveer
Adres Parkflat
Dekamalaan 17
8604 ZG Sneek

Aanvang 14.00 uur, welkom vanaf 13.30 uur
Entree € 10,00
Aanmelden b.e.smit@wxs.nl ☎ 06 22523887

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

Hoi lieve mensen

Door mijn manier van ervaren leerde ik mijzelf dat liefde gekocht moet worden. Dat ik liefde kan kopen door braaf te zijn. Braaf ben ik als ik dingen vertel die de ander graag hoort en dat wat de ander zegt niet tegen spreekt maar erop doorvraagt. Of als ik een cadeautje geef echter als ik iets krijg moet ik eerst bepalen of het integer is om aan te nemen maar dan moet ik dankbaarheid tonen. Dienstbaar zijn, dingen voor een ander doen heeft de hoogste waardering. Zelf ergens om vragen is niet braaf, want kindjes die vragen worden overgeslagen. Als ik mij erg braaf gedraag zal ik veel liefde ontvangen.

Ik las in een boek van Gary Chapman dat er vijf liefdestalen zijn dus nu weet ik aan welke voorwaarden ik moet voldoen om braaf te zijn.

Maar mijzelf zo aanpassen dat ik aan de voorwaarden voldoe om die liefde aan te kunnen sturen vind ik erg moeilijk. En zo werd liefde een schaarste waar ik naar hunkerde.



Dus stopte ik ermee om te proberen liefde te ontvangen. Ik verdween stilletjes uit het zicht en niemand bemerkte nog hoe braaf ik was. Ik werd zondig geboren dus zomaar lief gevonden worden als ik mezelf ben is onmogelijk en pas als ik goed gemaakt ben mag ik iets van mijzelf laten zien.

Als iemand nu echt vriendelijk is raak ik in paniek omdat ik niet weet hoe ik deze schulden terug zal betalen.

Waar moet ik de warmte vandaan halen om voldoende terug te doen? Al mijn energie gaat al op aan het in bedwang houden van het perfect geremd uiten; van mijn bang, boos, blij of bedroefd zijn. En streven naar ontspanning kost ook energie.

In deze dagelijkse strijd is liefde op de bon en moet ik goed kijken waar ik liefde aan weggeef om de tekorten niet verder op te laten lopen...

Héé Arie wordt eens wakker! Dat klopt helemaal niet, door wie laat ik mij dat wijs maken? Liefde wordt meer naarmate ik er meer van weggeef.

Een mens leeft ervan om liefde te geven en word ziek als niemand zijn liefde aan wil nemen! Daarom heb ik kipjes en koester ik mijn plantjes zodat mijn liefde toch kan blijven stromen. Ergens in mij is er een andere persoon die ik ook in bedwang probeer te houden. Deze persoon keur ik af en probeer ik op te voeden tot het beeld waarvan ik geleerd heb dat het dan goed is. In mij huist er zo'n gekwetst angstig rotzakje die al mijn goede intenties saboteert en mijn gedragingen stuurt.

Hij heeft alles onthouden wat ik ooit voelde en beschermt mij ervoor om dat weer te moeten voelen. Dit ventje is mijzelf altijd voor en zorgt voor mijn veiligheid.

Wij zoeken aansluiting voor aansturing vanuit mijn omgeving zodat ik niet zelf hoeft te voelen wat iets echt met mij doet. Het is fijn om mij over te geven aan de wijsheid van een ander zodat ik die ander verantwoordelijk kan maken voor mijn eigen daden. Ik kan daar eindeloos over nadenken en daarmee voorkom ik ook dat ik moet groeien via mijn eigen gevoel.



En zo werd er mij verteld dat ik mij niet moet richten op de dingen die ik niet meer wil maar juist op hetgeen waar mijn hart sneller van gaat kloppen. Blijkbaar keek ik toen nogal raar want hier snapte ik niets van deze opdracht was te tegenstrijdig.

Mijn hart gaat sneller kloppen van angst en stress en dat is iets wat ik niet meer wil toch?

Als ik echter te bang ben om te voelen, wordt het nu erg lastig om vernieuwde gevoelens te gaan ervaren. Ach ik leer erg traag dus liefdevol oefen ik geduld met mijzelf. Maar heel soms kan ik ook heel snel leren hoor want toen ik een keer aangereden werd leerde ik in een moment een belangrijke verkeersles en hoe klein ik toen ook was weet ik zelfs nu nog precies hoe ik toen leerde om voortaan eerst te kijken voordat ik daar de straat opren.

Een dromer werd ik genoemd toen ik kind was en nu denk ik dat dat mijn reactie was op een voor mij onbegrijpelijke dagvulling. Want dromen doe ik nog steeds om te vluchten uit de aardse realiteit.

Droomvluchten maken is heerlijk helemaal in de beleving van mijn taak zijn en al het andere vergeten; dan is er geen kou of pijn en ongrijpbaar vervliegt de tijd braaf met mij mee.

Maar laten we nu met zijn allen bewust wakker zijn en liefdevolle heldere dromen dromen en zo een mooie gezamenlijke toekomst manifesteren. En zelfs het verleden zal meer in harmonie komen als we daar dankbaarheid en liefde overheen zaaien.

Liefs Arie



Boven de wet?



Columbus Junior is de grootste kinderopvangorganisatie van Twente en blijkt op eigen houtje, nog VOOR een mogelijke wetswijziging, al een vaccinatieverplichting te hebben doorgevoerd.

Op hun website lezen we dit: *'Kinderopvang in de provincie Twente wil op een zo veilig mogelijke manier kinderopvang bieden voor kinderen én medewerkers. Daarom hanteren wij een **vaccinatieverplichting** voor mazelen.'* Deze eis gaat volgens de organisatie in per 1 januari 2020, maar nu al komen er signalen langs dat ouders worden gesommeerd hun ongevaccineerde kind alsnog dringend te laten inenten, met op alle deuren van de peuterspeelzaal een poster met de tekst, *'Niet vergeten: vaccinatiebewijs laten zien!'* (1)

De vaccinatieplicht geldt dan ook voor alle medewerkers, en zelfs voor kantoorpersoneel (2)

Maar als we het recente besluit van de Tweede Kamer van half oktober lezen, lijkt het erop dat Columbus, door dit nu al af te dwingen, de wet overtreedt: *Het kabinet doet onderzoek naar de verplichting, vooral naar de juridische haken en ogen, maar wil nog geen concrete plannen klaarleggen. Als de wet steun krijgt, kan die **op zijn vroegst komende zomer** ingaan.* (3)

Moeder natuur laat niet met zich spotten en in de jaren vijftig was het al bekend dat mazelen, gevaccineerd of ongevaccineerd, niet is in te dammen. Zelfs de WHO had in die tijd al twijfels bij een groot-schalig gebruik van het mazelenvaccin (toen nog in ontwikkeling) dat niet in staat zou zijn om een levenslange immuniteit te verschaffen zoals de ziekte zelf doet, terwijl de feitelijke risico's van mazelen heel gering zijn. Een methode die slechts een immuniteit van enkele jaren garandeert, zou het uitbreken van de ziekte tot de volwassen leeftijd kunnen vertragen en dan veel gevaarlijker zijn. (4)

- Een verplichting schijnt dan ook nog niet eens te werken. In Frankrijk hebben ze er ervaring mee. Het BMR-vaccin is in dit land al geruime tijd verplicht voor alle nieuwgeborenen nà 1 januari 2018 (naast de andere 10), anders geen toegang tot kinderopvang en onderwijs. Volgens schema toegediend op 12 maanden. Dat betekent dat quasi alle Franse kinderen nu (bijna twee jaar later) tegen mazelen zijn ingeënt. Dan zou je toch minder gevallen kunnen verwachten? Nee dus, want het lijkt erop dat het

aantal in vergelijking met vorig jaar niet noemenswaardig daalt. De jaren daarvoor was het nog niet verplicht en toen was er noch sprake van paniek, noch weinig mazelen in het land:

- - in 2016: 79 gevallen
- - in 2017: 523 gevallen
- - in 2018: 2919 gevallen
- - in 2019 tot september: 2500 gevallen

Na een snel rekensommetje, lijkt het erop dat de mazelenteller eind december dit jaar in Frankrijk, mét verplichting, zelfs nog hoger zal kunnen uitvallen. (5)

De ware reden voor het verplichten van vaccins?

Sinds de ondertekening van het European Vaccine Action Plan (EVAP) staan de neuzen van alle Europese politieke leiders richting ‘verhogen van de vaccinatiegraad’.

Ongevaccineerde, gezonde kinderen worden geweigerd, omdat ze een “gevaar” zijn.

En gevaccineerde kinderen die mazelenvirussen uit het vaccin kunnen verspreiden, hebben vrij toegang.

Wat duidelijk is dat het verplicht stellen van vaccins voor kinderdagverblijven of scholen gaat over het afstraffen en onder druk zetten van ouders die om weloverwogen redenen ervoor kiezen om de risico’s van vaccins te vermijden. Verplichtingen gaan niet over het ‘veilig’ maken van de openbare ruimte, maar zijn eerder een harteloos middel om gezinnen te dwingen tegen hun wil in te vaccineren door de mogelijkheid van opvang of onderwijs te ontnemen aan gezonde kinderen. (6)

Bronnen:

1. <https://www.columbusjunior.nl/over-ons/vaccinatiebeleid>
2. <https://www.tubantia.nl/almelo/vaccinatieplicht-bij-columbus-junior-mazelenvrije-kinderopvang-in-twente~a5dda204/>
3. <https://www.trouw.nl/politiek/van-de-kamer-mogen-creches-niet-gevaccineerde-kinderen-straks-weigeren~bedf8269/>
4. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4007870/>
5. <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/maladies-a-prevention-vaccinale/rougeole/documents/bulletin-national/synthese-des-donnees-de-surveillance-de-la-rougeole-du-1er-janvier-2008-au-30-septembre-2019>
6. <https://stichtingvaccinvrij.nl/de-ware-reden-voor-het-verplichten-van-vaccins/>

© Ellen Vader

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

Voor actueel nieuws, discussies, vragen en ondersteuning:

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

Studiegroep Alkmaar

Vandaag, 6 oktober, hebben we met de studiegroep Alkmaar hazelnotenlikeur en bijenwas doekjes gemaakt.

We begonnen met lekkere taarten. Annemiek had een vegan taart met citroen gemaakt, Tanja een taart met appel en noten en zaden ook vegan en Irene had een appelpaai gemaakt; dat was smullen.

Hierna gingen we alles wat we wisten over hazelnoten met elkaar uitwisselen, supergezond vooral niet geroosterd met het vliesje er nog omheen, goed voor: cholesterolverlagend, houdt de bloeddruk op peil, vermindert ontstekingen, is goed voor zwangerschap en vruchtbaarheid, goed voor de botten, goed voor de rode bloedcellen, vertraagt veroudering, beschermt tegen uv stralen en is een bron van ijzer enz...

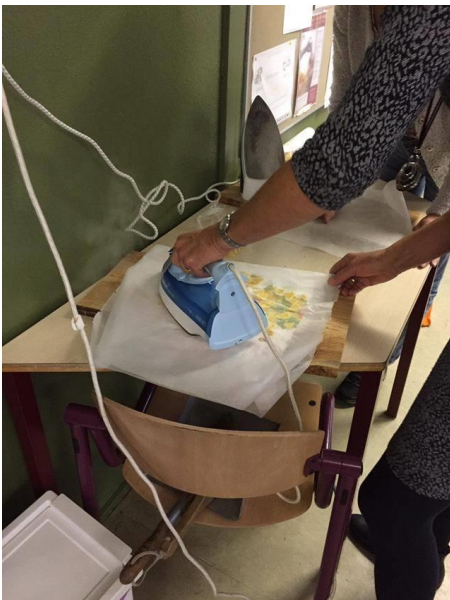
Voor de likeur ging er water met kaneel en kruidnagel aan de kook, dan rietsuiker erbij en de hazelnoten roosteren en fijn maken door het mengsel en aanlengen met wodka; dan in afgesloten fles en minimaal zes weken laten staan en elke dag schudden. Met de kerst zeven en dan kan ie gedronken worden. PROOST

Ook hadden we bijenwasdoeken maken op het programma staan. Met de strijkbout en pure bijenwas (wat een sterke geur) en bakpapier maakten we ons eigen wasdoekje waar we brood in bewaren i.p.v. dat we brood in aluminiumfolie bewaren.

Annemiek had nog een pittige boerenkoolsoep gemaakt, een heerlijke afsluiter van een gezellige middag. In overleg hebben we besloten om in de wintermaanden om 13 uur te beginnen tot 16 uur. De eerstvolgende is 3 november.

Jenny Stam





Studiegroep Alkmaar gaat voor puur natuur

3 november gingen we met de studiegroep Alkmaar producten maken voor natuurlijk huishouden.

We maakten van azijn sinaasappelen citroenschillen, baking soda, kristalsoda en vloeibare zeep afwasmiddel. Dit kun je ook maken van een handvol klimopbladeren op heet water en goed schudden.

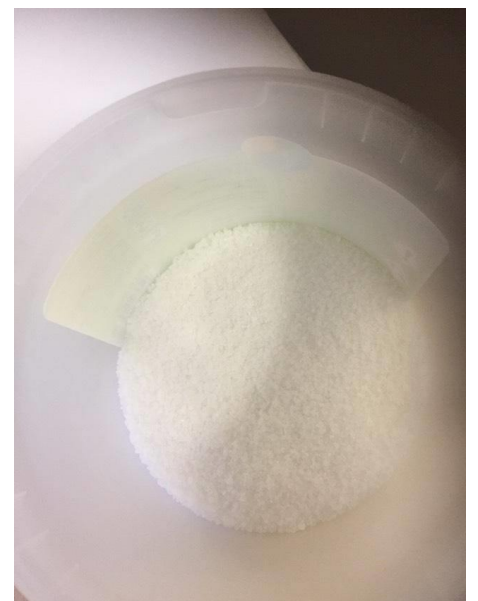
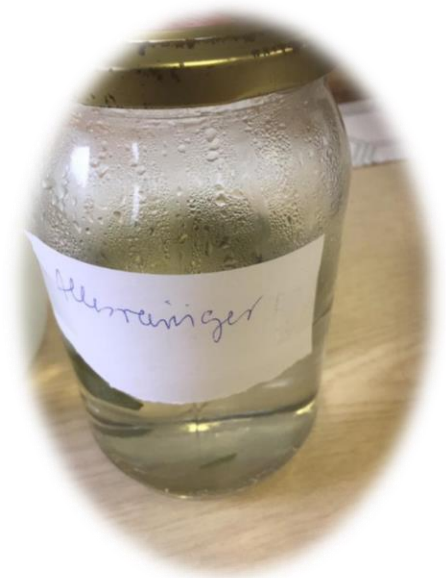
Ook maakten we allesreiniger en desinfecterende doekjes en vaatwaspoeder. Er gingen gevulde flessen en potten mee naar huis.

De citroen stond centraal en is goed tegen acne, winterhanden, obstipatie, vette huid, aderverkalking, verkoudheid en spanningshoofdpijn en ontstoken tandvlees, enz.

Ook spiritueel kun je citroen gebruiken voor het schoonmaken van tweedehands voorwerpen: het zorgt ervoor dat alle negatieve trillingen verdwijnen.

Karin had lekkere koekjes gebakken en Jenny had een hartig hapje gemaakt. De groep was niet zo groot maar we hebben daar wel een gezellige middag gehad en nog een wandelingetje buiten om onze kruiden-/plantenkennis te delen.

Jenny Stam



Studiegroep Exmorra luidde op 13 november het 7e jaar in...

Zesmaal een woensdagmiddag in Exmorra bij Centrum Wilgenhoeve waar we te gast zijn, hielden we al zes jaar vol en de kop is er weer af...

Het 7e jaar mochten we begroeten. Project7-blad, ja zevenblad is niet weg te krijgen. :)

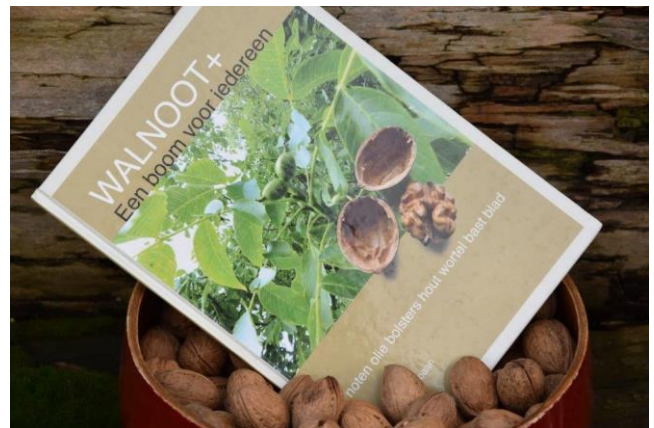
Op naar weer een jaar samen kennis delen, naar elkaar luisteren, elkaar inspireren en mooie producten en/of gerechten maken. Elkaar waardevolle info aanreiken middels diverse onderwerpen; als je met verschillende personen bent dan is er altijd wel iets dat gedeeld kan worden. Permacultuur, het houden van bijen, het maken van een medicijnwiel, een bloemenlabyrint, bijenwasdoekjes maken, tincturen maken, zalven maken, groentebouillon maken en nog heel veel meer.

We kijken in Exmorra terug op vele mooie middagen met waardevolle bijdragen van velen. Een vaste kern draait vanaf het begin mee en daarnaast zagen we personen komen en gaan, soms voor een langere tijd, soms voor even, anderen stapten over naar een groep in eigen omgeving, sommigen draaien mee in deze groep en in de 'Wandelende' groepen waarvan er ook twee in Friesland actief zijn.

Voor elk wat wils dus.

Deze 13e november behandelde Maria de walnoot als 'Plant van de middag'.

Ishi vertelde het verhaal over de legende van de Vredestichter, afkomstig van Noord-Amerikaanse Indianen. Het is een van hun meest bezielende verhalen en bij niet Indiaanse mensen vrijwel onbekend. Het verhaal gaat over de Peacemaker en zijn succesvolle inspanning om een maatschappij vol geweld en beheerst door stammenoorlogen te veranderen in een gemeenschap die in vrede en voorspoed leeft.



Hij volgde zijn droom en ging voor het bijna onmogelijke en daardoor veranderde hij zijn wereld.

Janny verraste ons met heerlijke zelfgemaakte kwarktaart 'a la Janny'. Joke trakteerde op zelfgemaakte chocolade.



Zelf nam ik nachos mee met diverse ingrediënten om aan het eind van de middag een warm hapje te presenteren, lekker hartig. Het idee ontstond toen we met de 'Wandelende' studiegroep op 5 oktober in IJlst aan het eind van de dag neergestreken waren op het terras van een restaurant.

Maria bestelde nachos en daardoor ontstond het idee dit te presenteren bij de 'Exmorra-groep'. Want we smulden allemaal mee en door de enthousiaste reacties kom je weleens op een idee.



We kijken terug op een gezellige, waardevolle middag en op 15 januari gaat Ishi met ons verder maar wie niet aanwezig was kan zo 'instappen' want de middagen staan op zichzelf en we blikken dan even terug op wat deze middag aan de orde kwam.

Centrum Wilgenhoeve danken we voor alle jaren dat we gebruik konden maken van de ruimte achter de Friese boerderij.

Op naar 15 januari 2020.

We gaan gewoon gestaag verder!



Anneke

Ingezonden

Het terugnemen van je macht, je Soevereiniteit...

Weest een Graalridder als hier besproken in Cafe Weltschmerz :-)

<https://youtu.be/bxzXgjB0wng>

Dit is waar we overal mensen over horen praten, en waar veel groepjes zich ook mee bezig houden. En dat laten ze eerst zien bij wie de macht is komen te liggen, en als het goed is ook hoe dat is ontstaan.

Summary: een proces van domesticering is al gaande van voor de Romeinse tijd. Het begin van de agricultuur heeft met zich meegebracht dat je niet langer nomadische volkeren had maar gevestigde en die hadden voedsel nodig, dus kreeg je land en akkerbouw op een schaal zoals de Egyptenaren dat hadden. Dit had ook te maken met het niet meer veilig zijn van mensen voor de invallen van anderen. Het roven van land, vrouwen en kinderen.

Het wegtrekken van mensen op basis van agressie en angst, schakelde de instinctieve manier van leven en trekken meer uit. Het vertrouwen op de Natuur als voedster maakte plaats voor een meer machinale vorm van werken met de natuur, en dat werd aangedreven door het

patriarchalere denken, nu de macht dan ook meer bij de mannen terecht kwam, door de bescherming die nodig was van de vrouwen en de kinderen door de vele oorlogen.

Dit systeem werd natuurlijk meer en meer machtig en we zijn in onze tijd bijna helemaal op deze manier van denken ontwikkelen en werken gaan vertrouwen. Waardoor de relatie met de natuur in ons en buiten ons, een novelty is geworden, een dingetje als een vakantie op Schiermonnikoog, en dan geniet je van het fietstochtje over het eiland en je wandeling over het strand. Dat is dan je rondje natuur.

Heb je nog contact met de seizoenen? Weet je wat de maanstanden zijn, vandaag? Enig idee over hoe je groenten verbouwd in verbinding met die maanstanden en de seizoenen? Kijk je naar de sterren? En handel je op advies van anderen of van je eigen intuïtieve Zelf? Ben je nog creatief, of doe je alles zoals anderen het doen, leg je je tuin aan op basis van wat mode is (Romeinse stijl, met grijze stenen en rechthoeken en wat groenblijvende coniferen, wat dan "design" heet)?

Mensen zijn zich er nog onvoldoende van bewust, denk ik, hoe zeer we zijn gaan lijken op de dieren in de boerenindustrie... Niet langer in staat om zich te redden mochten ze in het wild, wat er niet meer is, worden losgelaten. Het leven is georganiseerd en de "organisatie" regelt hoe het erbij komt te staan. En als jij het anders wilt, kun je nergens terecht.

Organiseren is iets anders dan scheppen... Organiseren gebeurt vanuit het repetitieve brein, linker hersenhelft. Het nadoen van een trucje is dat. Kopieergedrag. En dat is wat de organisatie graag ziet. Dat geeft weinig gedoe, en weinig vragen. Een baan bij de "organisatie" is zo ongeveer het hoogste doel te halen.

We worden er niet in gestimuleerd om zelf na te denken, en dat begint al op school. Natuurlijk is het aardig als kinderen nog zoiets doen, maar dat moet binnen de perken blijven. Werkbaar, in te voegen. We kunnen niet hebben dat iedereen maar z'n eigen gang gaat. Zo word je ook een en ander aangeleerd, wat handig is om te geloven of het nou waar is of niet. Als we het samen geloven is dat goed en geeft dat regel en orde aan de Organisatie. Dit patroon wordt voortgezet thuis, de media en tv doen de rest van de programmatie.

Vanaf je geboorte krijg je een registratienummer, zodat je belastingplichtig kunt worden. En dan mag je laten zien hoe nuttig je bent voor "de organisatie" van je maatschappij. En daarin hebben we dan een hiërarchie. De hoogvliegers in dit schema krijgen veel geld, en de minder geschikte leden, enfin. Mensen moeten allemaal mee doen want we hebben niet veel op met nutteloze opeters, dus die moeten worden gemanaged.

Een werkslaaf moet je zijn. En om je nou een beetje tevreden, maar niet te veel, te houden, krijg je vakantie van de organisatie. Varkens krijgen soms een speeltje in hun krappe kale ruimte... Dat vlees krijgt in de winkel een extra ster...

Wat is vrijheid... en waar zou het toe mogen leiden? Als je weer op je intuïtie zou gaan vertrouwen, krijg je weer toegang tot je vrijheid... Dan kan je Zelf weer worden ervaren, en heb je het niet nodig dat de Organisatie alles voor je bedenkt. Dan realiseer je je echter ook hoe je bent gefopt... Dat vind je niet leuk, en je zult dan nog veel meer gaan inzien... Daarom ben je vanaf dan, een potentiële bedreiging voor "de Organisatie" omdat je niet per se meer mee wilt in het systeem.

Het is nu zo dat je wel een baan moet zoeken om je verplichte huis te betalen, of het huur is of koop... Je moet werken in het systeem om te voldoen aan de financiële plichten die je bent aangegaan vanaf je geboorte. Daar kom je niet vanaf. En de keuzes worden je gepresenteerd

vanaf een jaar of 9 als de poortjes waar de cavia's in moeten gaan lopen in een wedstrijdje cavia racen. Daar is je toekomst te zien... misschien 6 of minder poortjes...

Het leven is daarom wrang, en hierdoor zijn mensen gevormd. Jaloezie, afgunst nijd en onvervulde gevoelens en onbewuste frustratie maken dat wij elkaar niet goed weten te verdragen. En dat laten ze dan weer zien in tv-programma's waar de burens altijd nog erger zijn dan jij... Dat gedrag zie je ook bijvoorbeeld in varkensstallen... Je vindt uiteindelijk jezelf niet eens meer leuk. En depressies loeren... Dat zie je bij varkens die in kraamkooien moeten moederen... ellende en verdriet... Het leven kan nooit meer goed zijn.

Zet zo'n varken dan bij Familie Bofkont en het leeft op. Een gezonde omgeving, wat aandacht en liefde, een zonnetje op je bast... spelen in de modder... 😊 Leven zoals een varken hoort te leven... Wilde Zwijnen zijn dichterbij zichzelf, maar het is een begin.

Wij zijn gefopt in een systeem, gebruikt en misbruikt. Getemd en gedomesticeerd en afhankelijk gemaakt van een systeem en een "boer".

En we zijn onze vrijheid kwijtgeraakt. Het is tijd dat we dit terugzetten, resetten. Onze vrijheid weer gaan zoeken... *en* vinden. En het begint bij deze realisatie, zodat je snapt wat er is gebeurd en gaat exploreren wat je kan doen om jezelf weer te vinden. Vertrouwen op de natuur, die het weefsel is van het UNIVERSUM, die gratis en voor niets jouw deel is, en als je eenmaal weet hoe, overvloedig kan leveren wat je nodig hebt. Maar de realisatie komt eerst. Geluk willen ontwikkelen vraagt om een dergelijke inzet en het ontwikkelen van je eigen vermogens tot denken inzien weten en begrijpen. Onafhankelijkheid is een start... Zet een stap terug uit je huidige bestaan, en neem waar... kijk... denk... wees stil... en... luister... En dan is het wat mij betreft heel goed om dankbaar te zijn dat je al zover kwam.

Dat nu kan het waarnemen van de Graal zijn. Na een dappere zoektocht... Een stap om de woestenij die het leven werd door te doen als Peredur of Parcival, die geleerd hadden zich zuspelen en zo te gedragen en daardoor de Graalburcht uit werd gegooid... Tot ze leerden wat ze hadden moeten doen, gewoon vragen waar Amfortas (de koning van de Graalburcht) aan leed, en vragen waar de Graal toe diende. Belangstelling tonen, aandacht geven... interesse... empathie!

Fijne dag 😊

Helena, Werkplaats de Bard/ Helena de Boer

<https://de-bard.webnode.nl/de-bard/>

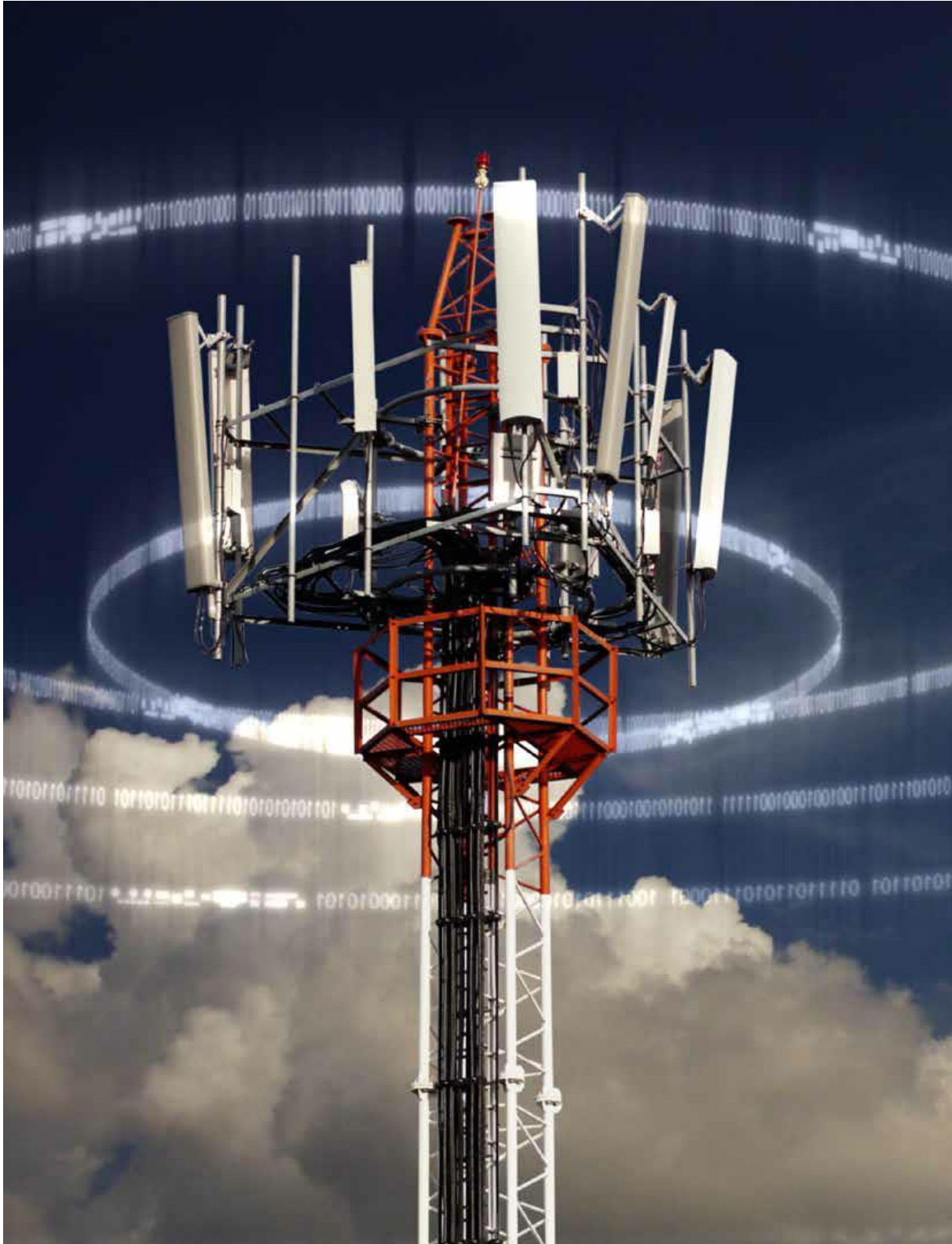
2020 Solar Almanac

Eindelijk eens harde, wetenschappelijke, feiten betreffende het afkoelen van de aarde. Alles wat 'zij' willen dat wij geloven in die richting, is dus fout. Wisten we al, natuurlijk. Dit e-boek geeft ons de tools in handen om gefundeerd informatie uit te wisselen en serieuze gesprekken aan te gaan. Ik stuur even het email bericht door. Als je de link onderaan volgt, kom je in enkele stappen bij het e-boek. Dat kan voor slechts 5 USD worden verkregen.

Hans-Otto Schulz, Rosmalen

<https://www.earthchanges-bulletin.com/almanac/sun/cycles/ebooks/solar-almanac-2020-for-public.html>

<https://www.surviveglobalcooling.com/sun-cycles-reports>



Artikel met toestemming overgenomen uit:

SPEAKERS ACADEMY® MAGAZINE 2019/2020
Met dank aan: Albert de Booij, CEO Speakers Academy® BV

‘ZIJN VOORDELEN 5G HET GEZONDHEIDSRISICO WAARD?’

INTERNATIONALE OPROEP TEGEN SNEL MOBIEL NETWERK

T-Mobile begint in 2020 als eerste met de uitrol van 5G, het netwerk dat supersnel internet levert, in Den Haag en daarna heel Nederland.

De vijfde generatie mobiel internet maakt het bovendien mogelijk vrijwel onvertraagd data van het ene naar het andere apparaat te sturen, meer apparaten tegelijk te ondersteunen en het netwerk beter te beveiligen.

Wegen die voordelen, waarvan we in 2023 pas echt kunnen ‘profiteren’ als de inlichtingendiensten een belangrijke 5G-frequentie verlaten, op tegen de enorme gezondheidsrisico’s en het mogelijk kappen van duizenden bomen om ongehinderd contact te krijgen met, alleen in Nederland al, tienduizenden zendmasten die bij wijze van spreken op vrijwel alle straathoeken komen te staan?

Tallose wetenschappers, artsen, milieuorganisaties en burgers hebben inmiddels via een wereldwijde petitie aangedrongen op het stoppen met het uitrollen van dit draadloze netwerk, zowel op aarde als in de ruimte.

Volgens hen is de schadelijkheid van radiofrequente straling voor mens, dier en milieu bewezen, terwijl overheden nog steeds wijzen op onderzoeken die uitwijzen dat er geen gezondheidsgevaar is. In Nederland is in september 2019 in Den Haag tegen 5G geprotesteerd.

Terwijl de Nederlandse tegenstanders van 5G vooral bang zijn voor schadelijke biologische stralingseffecten op de lange termijn, zoals een grotere kans op hersentumoren, huidziekten en dementie, gaan internationale wetenschappers nog veel verder. Zij denken dat wij en het milieu door de alom aanwezig radiofrequente straling enorme schade zullen oplopen.

In hun petitie, gericht aan de Verenigde Naties (VN), de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO), de Europese Unie (EU), de Raad van Europa en de regeringen aller landen wijzen ze bovendien op het feit dat de komende jaren ongekeerde maatschappelijke veranderingen zullen plaatsvinden.

‘We krijgen te maken met ‘slimme’ huizen, bedrijven, snelwegen, steden en zelfrijdende auto’s. Vrijwel alles dat we bezitten en kopen – van koelkasten en wasmachines tot melkpakken, haarborstels en luiers – zal antennes en microchips bevatten en draadloos verbonden zijn met internet. Vrijwel iedereen op aarde zal toegang hebben tot supersnelle draadloze communicatie met een zeer korte vertraging vanaf elke plek op onze planeet, zelfs in regenwouden, midden op de oceaan en op Antarctica. Niet algemeen bekend en erkend is dat dit ook zal resulteren in ongekeerde veranderingen in het milieu, op wereldschaal.

De geplande dichtheid van zendmasten is moeilijk voor te stellen. Naast miljoenen nieuwe 5G-basisstations op aarde en 20.000 nieuwe satellieten in de ruimte zullen binnenkort volgens schattingen 200 miljard straling uitzendende objecten deel uitmaken van het Internet der dingen (‘Internet of Things’) en nog veel meer enkele jaren later.

Halverwege 2018 is commerciële 5G met lagere frequenties en een lagere downloadsnelheid toegepast in Qatar, Finland en Estland. De uitrol van 5G met extreem hoge frequenties (millimetergolven) staat gepland voor volgend jaar.

Het bewijs voor de schadelijkheid van radiofrequente straling is, volgens de ondertekenaars van de petitie, voor levende wezens is overweldigend, hoewel sprake is van ontkenning op

grote schaal. Verzamelde klinische bewijzen van zieke en beschadigde mensen, experimenteel bewijs van schade aan DNA, cellen en organen in diverse planten en dieren en epidemiologisch bewijs dat elektromagnetische vervuiling de meest voorkomende ziektes van de moderne tijd (kanker, hart- en vaatziekten en diabetes) voor een groot deel veroorzaakt, vormen tezamen een literatuurdatabank van meer dan 10.000 door collega's gecontroleerde studies.

'Onvrijwillige blootstelling aan Elektromagnetische straling is onontkoombaar'

'Als de telecomindustrie de 5G-plannen uitvoert zal geen mens, dier, vogel, insect of plant onder blootstelling aan straling kunnen uitkomen, 24 uur per dag, 365 dagen per jaar.

De hoeveelheid straling zal tien tot honderd keer zo groot zijn als nu. De 5G-plannen dreigen serieuze, onomkeerbare effecten op mensen

te hebben en permanente schade te berokkenen aan alle ecosystemen op de aarde.

Er moeten onmiddellijk maatregelen genomen worden om de mensheid en het milieu te beschermen, in overeenstemming met ethische plichten en internationale verdragen'.

ELKE 200 METER EEN ZENDER

'5G-technologie maakt gebruik van millimetergolven om de enorme hoeveelheden data die nodig zijn voor het Internet der dingen te kunnen verwerken. Aangezien deze golven moeilijk door compact materiaal heen komen, zal het nodig zijn bij wijze van spreken om de 200 meter een zender te installeren in elke stedelijke omgeving. In tegenstelling tot vorige generaties van draadloze technologie, waarbij een enkele antenne straling uitzendt over een groot gebied, maken 5G-stations en -apparaten gebruik van meerdere gerangschikte antennes die samenwerken om gefocuste, stuurbare, op laser lijkende, elkaar volgende stralen uit te zenden. Elke 5G-telefoon zal tientallen minuscule antennes bevatten die samenwerken om een extreem geconcentreerde frequentiestraal op te vangen van en uit te zenden naar de dichtstbijzijnde zendmast.

De Amerikaanse Federal Communications Commission (FCC) heeft regels opgesteld die een frequentie-intensiteit van 20 watt toestaat; tien keer sterker dan de huidige toegestane grenswaarden voor mobiele telefoons.

Alle 5G-basisstations zullen bestaan uit honderden of duizenden antennes die gelijktijdig verschillende laserachtige stralen uitzenden naar alle mobiele telefoons en apparaten in een bepaald gebied. Deze technologie heet 'multiple input, multiple output, of MIMO'.

Ten minste vijf bedrijven willen 5G vanuit de ruimte beschikbaar stellen via 20.000 satellieten in een lage en middelhoge baan om de aarde, die een deken van krachtige, gefocuste en stuurbare straling over de aarde zullen leggen. Elke satelliet zal millimetergolven uitzenden met een vermogen tot wel 5 miljoen watt afkomstig van duizenden in fasen gestuurde antennes. Belangrijk te weten is dat deze satellieten zich bevinden in de magnetosfeer van de aarde, die grote invloed uitoefent op de elektrische eigenschappen van de atmosfeer.

De verandering van de elektromagnetische omgeving van de aarde kan zelfs een nog grotere bedreiging vormen voor het leven op aarde dan de straling van de antennes op de grond.

WETENSCHAPPERS SLAAN ALARM

Zelfs voor het in beeld komen van 5G is in tientallen petities, opgezet door internationale wetenschappers, en daarvoor al door 3.000 artsen in het zogenoemde Freiburger Appeal opgeroepen de uitbreiding van draadloze technologie te stoppen en om een moratorium op nieuwe basisstations af te kondigen. In 2015 slaan 215 wetenschappers uit 41 landen al alarm.

Zij melden de Verenigde Naties en de Wereldgezondheidsorganisatie dat “meerdere recente wetenschappelijke publicaties hebben aangetoond dat elektromagnetische velden (EMF) levende wezens beïnvloeden.”

Meer dan 10.000 door collega's beoordeelde wetenschappelijke studies laten zien welke schadelijke effecten radiofrequentie straling kan veroorzaken. Dat blijkt uit de tekst van de oproep op de website 5gspaceappeal.org (waar ook veel meer informatie te vinden is, inclusief een literatuurlijst die aangeeft welke onderzoeken zijn geraadpleegd).

Het gaat onder meer om hartritmestoornissen, hart- en vaatziekten, veranderingen in genexpressie en metabolisme, gewijzigde stamcelontwikkeling, kanker, DNA-schade, cognitieve stoornissen, verminderde spermakwaliteit, obesitas en bij kinderen autisme, ADHD en astma. Dan hebben we het nog niet eens over de schade die dieren en het milieu oplopen.

BEWIJS GENEGEERD

‘De telecombedrijven en overheden hebben bekende internationale EMF-wetenschappers, die de biologische effecten van 5G-straling op mensen, dieren en planten, hebben vastgelegd in duizenden door vakgenoten gecontroleerde onderzoeken, bewust uitgesloten’, staat te lezen in de oproep die nu ruim een jaar van kracht is. ‘De reden voor de huidige ontoereikende veiligheidsvoorschriften zijn de belangenverstrengelingen die de instanties die de standaarden bepalen hebben vanwege hun relaties met telecommunicatie- of elektriciteitsbedrijven. Dat ondermijnt de onpartijdigheid bij de regulering van maximaal toelaatbare waarden voor niet-ioniserende straling’.

Emeritus-hoogleraar Martin L. Pall toont de belangenverstrengelingen en de belangrijke uitgesloten studies gedetailleerd aan in onderzoek dat is terug te vinden via het literatuuroverzicht op de website. De tekst van de oproep vermeldt dat overheden, de Europese Unie, de Verenigde Staten en nationale regeringen in hun haast 5G te implementeren regels versoepelen en milieuwetgeving buiten werking stellen.

Momenteel zijn de meeste draadloze voorzieningen op privéterrein en zeker op enige afstand van woningen en bedrijven geplaatst. ‘Om op een veel kortere afstand uit elkaar te staan, zoals 5G vereist, zullen de zenders nu op de stoep geplaatst worden, direct voor huizen en bedrijven en boven de hoofden van voetgangers, inclusief moeders met baby's. Verplichtingen tot openbaar maken en publieke hoorzittingen worden bewust ontweken. Het tegengeluid is monddood gemaakt’.

De Oproep

Dit is de tekst van de oproep die de wetenschappers, artsen en vele andere verontruste planeetbewoners doen aan de VN, de WHO, de EU, de Raad van Europa en regeringen:

Wij roepen deze organisaties op:

- a) Onmiddellijk maatregelen te nemen om de uitrol van 5G op aarde en in de ruimte te stoppen om de mensheid (ongeborenen, kinderen, jongeren en zwangere vrouwen in het bijzonder) en de natuur te beschermen;
- b) Het Verdrag inzake de Rechten van het Kind en de Resolutie 1815 van de Raad van Europa te volgen door burgers te informeren, ook leraren en artsen, over de gezondheidsrisico's van radiofrequente straling voor kinderen en volwassenen en hoe en waarom zij draadloze communicatie en antennes zouden moeten vermijden, vooral in

of nabij instellingen voor kinderopvang, scholen, ziekenhuizen, huizen en werkplekken;

- c) Telecommunicatie door middel van kabels te prefereren en toe te passen, in plaats van draadloos;
- d) De draadloze/telecommunicatie industrie te verbieden om beleidsmakers door middel van lobbyen te overtuigen om besluiten te nemen die verdere uitbreiding van radiofrequente straling mogelijk maken, inclusief 5G op aarde en in de ruimte;
- e) Onmiddellijk (en zonder inmenging van de industrie) internationale groepen van onafhankelijke, daadwerkelijk onpartijdige wetenschappers te benoemen, die gespecialiseerd zijn in elektromagnetische velden en gezondheid, zonder dat er sprake kan zijn van belangenverstrengeling, met als doel het vaststellen van nieuwe internationale veiligheidsnormen voor RF-straling. Deze moeten niet alleen gebaseerd zijn op de sterkte van de elektromagnetische velden maar ook op cumulatieve blootstelling aan straling, en moeten bescherming bieden tegen alle gezondheids- en milieueffecten, niet slechts tegen het warmte-effect. Ook moeten zij breder kijken dan alleen naar de effecten op mensen;
- f) Onmiddellijk (en zonder inmenging van de industrie) internationale groepen van wetenschappers te benoemen, die gespecialiseerd zijn in elektromagnetische velden, gezondheid, biologie en atmosfeerfysica, met als doel het ontwikkelen van een uitgebreid regelgevend kader dat ervoor zorgt dat het gebruik van de ruimte veilig is voor de mens en het milieu, daarbij rekening houdend met radiofrequente straling, raketuitlaatgassen, roet en ruimteschroot en de gevolgen daarvan voor ozon, het broeikas-effect, de atmosfeer en het behoud van het leven op aarde. Niet alleen grondgebonden technologie maar ook technologie in de ruimte moet duurzaam zijn voor volwassenen en kinderen, dieren en planten.



Ondertekenen van de oproep kan via www.5gspaceappeal.org

Stop 5G

<https://bdvereniging.nl/bdlandbouw/stop-5g-teken-de-petitie>

<https://bondoverheidszaken.nl/>

5G en gezondheid

Door : **Anna Kruyswijk-van der Heijden**

Bron : **VAKBLAD NATUURLIJKE & INTEGRALE GEZONDHEIDSZORG mei/juni 2019**

Anna Kruyswijk-van der Heijden MD, is 30 jaar behandelend arts geweest (o.a. huis-arts en integraal werkend arts). In 2008 is zij overgestapt naar preventie met de oprichting van 'Jouw Voeding', een organisatie voor cursussen, lezingen en onderwijs over voeding en gezondheid.



In ons land zijn vorig jaar op verschillende locaties proeven gedaan met 5G voor draadloze telecommunicatie, zoals in de provincie Groningen en in enkele grote steden. De resultaten zijn met groot enthousiasme ontvangen door politici, wetenschappers, bedrijfsleven en media.

Want de mogelijkheden van dit supersnelle draadloze internet zijn talloos, en het is de bedoeling dat heel Nederland in 2020 op 5G draait. Mogelijke gezondheidseffecten worden als verwaarloosbaar beschouwd.

Dat 5G van een geheel andere orde is dan zijn voorgangers, blijkt uit een aantal verschillen.[1] Ten eerste de zeer hoge snelheid die bereikt kan worden door gebruik van de millimeter- en sub-millimeterfrequenties tot 100 GHz.

De snelheid kan daarmee tot 10 Gbits per seconde oplopen. De opslagcapaciteit van data wordt ook veel groter met 5G.

Geschat wordt dat tien procent van de bevolking elektrisch hypersensitief is[4]

Door de kleinere golflengte van 5G zijn er wel op korte afstand van elkaar veel meer antennes nodig, zoals op 'slimme straatlantaarnpalen', die ruimte bieden aan straatverlichting en straatnaam, een oplaadpunt voor de elektrische auto, een

zonnepaneel, camera's, een digitaal informatiebord, meetapparatuur voor lucht, geluid, en waterniveau, en 5G wifi-antennes.

Door de benodigde 700.000 antennes in Nederland, en satellieten die sub-millimeterfrequenties vanuit de ruimte zenden, ontstaan dichte netwerken met een vrijwel volledig bereik, ook in de atmosfeerlagen.

De toepassingsmogelijkheden voor individuele gebruikers zijn zeer beperkt, maar gigantisch voor overheden en bedrijven. Denk aan de verdere ontwikkeling van de zelfrijdende auto, robotica, kunstmatige intelligentie, het internet der dingen, 'precisie'-operaties, -landbouw en -reclame, en 'smart-cities' waar allerlei gebeurtenissen via de antennes en 'slimme lantaarnpalen' bekeken en aangestuurd kunnen worden en waar personen met gerichte bundels gevolgd kunnen worden.

Dat elektromagnetische frequenties van de laatste 50 jaar schadelijk kunnen zijn, is alom bekend. Het Europese Parlement stelde er jaren geleden al richtlijnen over op.[2] Vooral jonge mensen lopen risico.[3] Geschat wordt dat tien procent van de bevolking elektrisch hypersensitief is[4], met 'niet-specifieke' klachten zoals huidsensaties, moeheid, slaapstoornissen, cognitieve problemen, hartkloppingen en spijsverteringsklachten. Van deze groep heeft 30 procent ernstige klachten.

Er zijn niet alleen thermische maar ook tal van niet-thermische schadelijke, mogelijk carcinogene effecten. In een recente studie van het Ramazzini Institute werden Sprague-Dawley raten levenslang blootgesteld aan mobiele telefoonfrequenties die representatief zijn voor de

omgevingsemissie van een 1,8 GHz zender.[5] Onder deze ratten was sprake van een significante toename van het zeldzame hart-schwannoom en een niet-significante toename van maligne gliomen in de hersenen. Dat bevestigt eerder onderzoek met betrekking tot tumoren bij mensen die mobiele telefoons gebruiken.

Schwanncellen zijn belangrijke zenuwcellen van het perifere zenuwstelsel. Ze maken myeline aan (bescherm laag rond zenuwvezels) en komen ook voor in allerlei weefsels zoals hart, ogen, maag, mediastinum en hormoonklieren. Ook het immuunsysteem reageert op elektromagnetische velden, waarbij immuuncellen van het aangeboren en verworven immuunsysteem zowel gestimuleerd als geremd kunnen worden.[6]

Pall bespreekt in een recent overzichtsartikel[7] de verschillende mechanismen waardoor wifi en andere pulserende millimeterfrequenties op celniveau schade kunnen aanrichten, en bekritiseert de belangrijkste review (waarin onderzoeken naar wifi niet zijn meegenomen) die zou aantonen dat elektromagnetische velden onschadelijk zijn. Het dominante schadelijke mechanisme achter niet-thermische effecten betreft de voltageverhoging in de sensoren voor de calciumkanaaltjes in de celmembraan, waardoor intracellulair calcium toeneemt en oxidatieve stress ontstaat. Deze kanaaltjes hebben een eenvoudige helixstructuur en zijn positief geladen. De lading van het (pulserende) elektromagnetische veld verhoogt het voltage van deze sensoren enorm, met genoemd effect als gevolg.

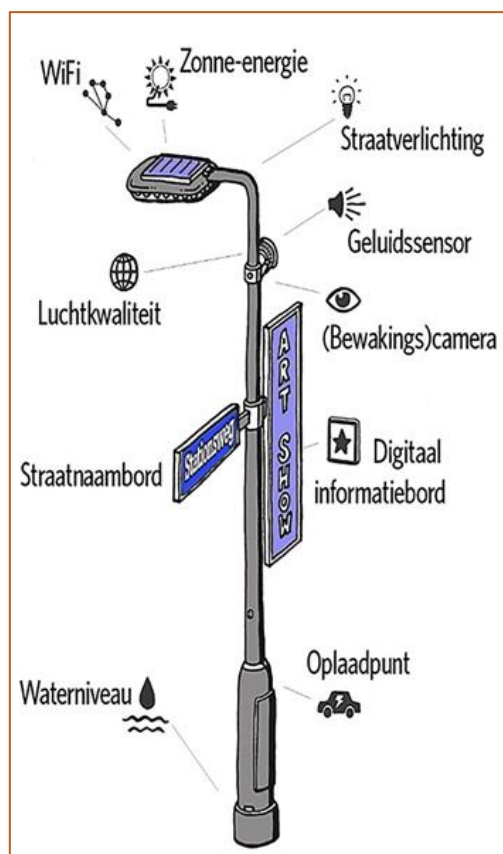
Ook andere voltage-afhankelijke ionkanaaltjes en geomagnetische receptormechanismen worden beïnvloed door wififrequenties. Duidelijke gevolgen zijn oxidatieve stress waardoor laaggradige ontsteking, DNA-schade, spermaveranderingen, neuropsychiatrische effecten zoals depressie[8] en endocrinologische veranderingen ontstaan.

De (sub)millimetergolflengte van 5G doordringt niet gemakkelijk bouwmaterialen maar wel de menselijke huid, en kan opgenomen worden in regen en in planten. Ook bacteriën kunnen

beïnvloed worden door 5G-frequenties, aangezien zij op deze golflengte met elkaar communiceren[9], met als mogelijk gevolg antibioticaresistentie.

De menselijke huid bestaat uit de epidermis met een aantal cellagen, daaronder de dermis met losmazig bindweefsel en daaronder de hypodermis met vetcellen en bloedvaten die in de dermis doorlopen. Recent is het losmazige bindweefsel als 'nieuw orgaan' herontdekt, omdat zich hier essentiële processen afspelen met betrekking tot gezondheid en ziekte.

In dit zeer waterrijke weefsel, dat onder andere proteoglycanen met een negatieve lading bevat, bevinden zich zweetklieren die met hun afvoergang door de epidermis naar buiten treden. Het aantal menselijke exocriene zweetklieren[10, 11] varieert tussen twee en vier miljoen, met de hoogste dichtheid op handpalmen (met name de top van de wijsvinger) en voetzolen. Vooral kinderen onder tien jaar hebben meer zweetklieren, en vrouwen iets meer dan mannen. Ook zweetklieren hebben een eenvoudige helixstructuur, waarvan de lengte correspondeert met de dikte van het stratum corneum in de epidermis en het aantal windingen in de helix. Onderzoek naar de positionering en windingen van de helixstructuren in de huid[12] laat zien dat deze als antenne kunnen functioneren voor elektromagnetische straling in de THz-frequenties en deze opslaan, en dat er geleiding in de zweetklieren optreedt die hitte



genereert. Deze hitte wordt naar de epidermis geleid en kan daar door de aanwezige pijnreceptoren als plotselinge acute pijn worden ervaren zonder dat het stratum corneum verhit is. Daarnaast is voorstelbaar dat 5G-frequenties de ladingsverhoudingen in het losmazig bindweefsel verstoren. Onderzoek van Pollack[13] laat namelijk zien dat watermoleculen, aangehouden door de negatieve lading van de proteoglycanen, zich hieromheen positioneren en een zogenaamde 'exclusionzone' met ladingsverschillen formeren, waardoor er een batterijfunctie ontstaat. Hierdoor zou de normale fysiologie kunnen plaatsvinden en homeostase gehandhaafd blijven. Wanneer er geleiding van THz-frequenties via zweetklieren in het losmazig bindweefsel optreedt, kan de vorming van deze exclusion zone belemmerd worden, met als mogelijk gevolg verstoring van de fysiologie en hierdoor gezondheidsproblemen.

Ook het effect van sub-millimeterfrequenties op planten wordt bestudeerd. Blootstelling aan uien[14] en jong tarwegras[15] resulteert in een dosisafhankelijke verandering van het oxidatieve metabolisme, met toename van oxidatieve schade in de wortels. Wat de gevolgen zijn voor de aanmaak van voedingsstoffen, voor plantenetende dieren en mensen, en voor de algemene gezondheid van planten en bomen, is niet onderzocht.

Bovenstaande onderzoeksresultaten zouden tot grote terughoudendheid bij overheid en politici moeten leiden. Echter, een oproep[16] aan de Europese Commissie in 2017 en 2018, tot het instellen van een moratorium op 5G (dat wil zeggen een voorlopige opschorting van de

'Onderzoek naar de positionering en windingen van de helixstructuren in de huid^[12] laat zien dat deze als antenne kunnen functioneren.'

uitvoering van de wettelijke regeling ervan), vanwege het gebrek aan onafhankelijk wetenschappelijk onderzoek naar de veiligheid, is afgewezen.

Hiermee is het voorzorgsprincipe waartoe overheden zich verplicht hebben, met voeten getreden.

5G en ook de eerdere generaties voor telecommunicatie zijn van 'bovenaf' aangejaagd, dus door overheid en politici, bedrijven, wetenschap en media.

Het grote verschil met de vorige generaties is dat niets en niemand zich aan 5G zal kunnen onttrekken, laat staan ervoor of ertegen kan kiezen. Verschillende steden in de wereld hebben al aangegeven niet mee te zullen doen met de uitrol van 5G in hun gemeente.

BRONVERMELDING:

1. Schooneveld H. 5G komt eraan, maar wanneer en kan het kwaad? Blog april 2018
2. Belyaev I. et al. EUROPAEN EMF Guideline 2016 for the prevention, diagnosis and treatment of EMF-related health problems and illnesses. Rev Environ Health 2016;31(3):363-97
3. Gandhi OP. et al. Exposure limits: the underestimation of absorbed cell phone radiation, especially in children. Electromagn Biol Med 2012;31(1):34-51
4. Sage C. The implications of non-linear biological oscillations on human electrophysiology for electrohypersensitivity (EHS) and multiple chemical sensitivity (MCS). Rev Environ Health 2015;30(4):293-303
5. Falcioni L. et al. Report of final results regarding brain and heart tumors in Sprague-Dawley rats exposed from prenatal life until natural death to mobile phone radiofrequency field representative of a 1.8GHz GSM base station environmental emission. Env Research 2018, <https://doi.org/10.1016/j.envres.2018.01.037> (Ramazzini study)

De volledige bronvermelding vindt u op www.vnig.nl bij het desbetreffende artikel.

Colofon:

Redactie: Barbera Smit; Opmaak/ Lay-out, Frank Bleeker
 Teksten en foto's: Anneke Bleeker, Barbera Smit, Arie de Groot, Ellen Vader, Jenny Stam, Jetty van der Graaf, Peter Toonen, Anna Kruyswijk-van der Heijden MD,

Kopij voor de volgende Nieuwsbrief (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



Ook de bonte specht geniet mee... *biologische vetbollen...*