



Gezond Verstand Lezingen

Tweede jaargang, nummer 8

JANUARI 2017

Inhoud:

Pagina	1	: Kopfoto (Sneeuwkllokjes zijn in aantocht) en inhoudsopgave
Pagina	2	: Van de redactie
Pagina	2	: Moeder aarde wil niet naakt maar gekleed zijn...
Pagina	8	: Een groot bos vol lekkers
Pagina	9	: Project 7-blad Alkmaar - ...zondagmiddag 8 januari...
Pagina	10	: Column Ellen Vader – De risico's nemen we op de koop toe...
Pagina	12	: De laatste dennenappel?
Pagina	14	: Bleeker en Bleeker gaan het bos in!
Pagina	14	: Locatie Maastricht West
Pagina	16	: Project 7-blad Exmorra – Wat was het leuk!
Pagina	18	: Locatie Meppel
Pagina	19	: Soep... volgens protocollen?
Pagina	20	: Een winterse thee...
Pagina	22	: Nieuwe presentatie Project 7-blad
Pagina	23	: Colofon

Van de redactie

Al weer de 2^e nieuwsbrief van het nieuwe jaar. De lezingen zijn weer opgestart. Zie in deze nieuwsbrief weer meerdere posters van wat er de komende tijd op het programma staat. Verder verwijzen we natuurlijk, voor een volledig overzicht, naar de agenda (zie hieronder). Een oproep aan alle locatiehouders en –houdsters: vul de agenda in, deze nieuwsbrief is er juist voor om naar de agenda van alle lezingen te verwijzen, en het is zonde als het overzicht niet (helemaal) compleet is!

Er is weer veel aan de hand. Gisteren kwamen we een bericht tegen dat een aantal politieke partijen in Flevoland het natuurgebied 'de Oostvaardersplassen' wil 'economiseren'. Of dat nou zo'n goed plan is? Maar ook in Noord-Holland is er van alles aan de hand rondom 'de Schoorlse bossen'. Lees hierover verder in deze nieuwsbrief.

De natuur en, vooral, wat mensen daarmee willen aanvangen, het is van alle tijden, ook nu nog! Allerlei belangen spelen mee, de natuur is daar veelal niet bij gebaat.

In deze nieuwsbrief verder aandacht voor: locties Maastricht West en Meppel, de project 7-blad locaties Alkmaar en Exmorra, een mooi artikel over een fijn 'bos met lekkers', Ellen Vader heeft zich na de feestdagen (en haar (zoveelste) verjaardag) weer herpakt en natuurlijk nog even extra aandacht van Anneke voor soep en thee. Veel leesplezier!



Agenda lezingen:

Lezingen januari 2017 : <http://www.project7-blad.nl/page25.html>

Lezingen februari 2017: <http://www.project7-blad.nl/page26.html>

Lezingen maart 2017 : <http://www.project7-blad.nl/page36.html>

Moeder aarde wil niet naakt maar gekleed zijn...

Op het moment dat ik aan dit voorwoord begin, stormt het dat het een lieve lust is.

Er is ongelooflijk veel water gevallen en afgelopen nacht sneeuwde het behoorlijk.

Zeer onstuimig weer dus en dan ben je blij met een dak boven je hoofd.



Dat kan lang iedereen niet zeggen, maar ik moet eerlijk gezegd bekennen op deze momenten blij te zijn heerlijk binnen te zitten achter mijn laptop en mijn 'opdracht' te vervullen. Wim en Ellen Pet verzorgen het opmaken van deze nieuwsbrief, iedereen mag zijn of haar bijdrage naar hen zenden en wij krijgen alles panklaar aangeleverd.

Dat is heel fijn, want dat scheelt ons veel werk, zeker omdat we nog twee nieuwsbrieven

verzorgen, die van 'Project7-blad' en 'Project7-blad junior'.

Maar dat bezorgt mij ook miltjes met de vraag: 'Kunnen we voor het weekend je voorwoord krijgen?'

Dus zit ik nu mijn 'opdracht' uit te voeren terwijl het buiten stormt, waar ik overigens een ongelooflijke hekel aan heb.

Altijd al gehad ook; vroeger thuis op Aagtdorp al, toen ik nog thuis woonde zoals dat dan weer heet.

Alsof je nu niet thuis woont, maar toch spreken we zo als we over ons ouderlijk huis spreken.

Aagtdorp is een gehucht, toen horende bij Gemeente Schoorl en tegenwoordig, ook



alweer jaren bij de Gemeente Bergen.

Achter Aagtdorp liggen de hoogste duinen van Nederland en de wind kan zo mooi ruisen door de dennenbossen.

Wat zal ik daar in het verleden veel dennenappels hebben geraapt. En dennenbossen hebben een speciale geur, ja zij ruiken naar dennen zul je denken, wat ook zo is maar de geur is zo anders dan die van loofbossen.

Daar kon het ook spoken! Ons geluk was dat we achter die hoge duinen woonden, maar als de wind van een andere kant kwam dan konden bomen genadeloos om knakken alsof het luciferhoutjes waren.

De duinen, bossen, heidevelden en de zee zijn van die karakteristieke landschappen die daar horen. Weer heel anders dan hier, we wonen in het Gaasterland en ook hier zijn bossen en het water is het IJsselmeer, het is werkelijk schitterend, maar de sfeer is niet te vergelijken.

Dat maakt Nederland nu zo uniek, al die verschillende landschappen, in het midden van het land of in Limburg is het weer anders.

Hebben we nog polders, laaglanden, waterrijke gebieden, kortom een gevarieerd geheel. De natuur gaat haar eigen gang wanneer de mens niet extreem ingrijpt.



Moeder aarde wil niet naakt maar gekleed zijn...

Afgelopen woensdag waren we in Exmorra met een leuke groep bij elkaar tijdens onze middag die we 'studiegroep' noemen.

Ishi Crosby behandelde het onderwerp Permacultuur en ditmaal stonden kleine tuinen in het zonnetje.

Wie een kleine tuin heeft kan ook met Permacultuur aan de slag, geen enkel punt.

Ishi benoemde het punt dat je bij Permacultuur geen open stukken grond ziet, geen naakte aarde.

Alles is bedekt met beplanting, paden van houtsnippers of gras, kortom alles is benut en kale grond tref je dan niet aan, wat natuurlijk vele voordelen heeft en waardoor je ook allerlei kleine en wat grotere dieren de kans geeft in je tuin hun aandeel te leveren.

Vrij vertaald naar het Nederlands komt het erop neer dat de Indianen al zeiden:

Moeder aarde wil niet naakt, maar gekleed zijn!

Deze uitspraak deed mij onmiddellijk denken aan de bossen bij Schoorl.

Kom ik weer terug op de bossen daar, waar ik me mij leven lang nog niet zo druk om heb gemaakt, o ja ten tijde van het enorme aantal branden een paar jaar geleden, toen wel.

Maar dat had een andere reden, wat ook te bizar voor worden was.

Het gebeurde in die tijd wel dat ik bij nacht en ontij Bergen binnen reed na het geven van een lezing ergens redelijk ver van huis en de brandweerwagens tegen kwam.



Of toen die keer dat ik uit

Friesland naar Bergen reed na een middag naar Franeker geweest te zijn en de zwarte rookpluimen op flinke afstand zichtbaar waren die boven het kustgebied hingen.

Elke keer maakte dat mij toch op een bepaalde manier verdrietig want de natuur had er van te lijden en er ging weer een mooi stuk verloren.

En dan spreken we nog niet eens over de dieren die daar leefden.

Ja in die tijd maakte ik mij wel druk om de bossen en duinen, maar anders dan nu.

Want wat is er nu aan de hand?

Men wil vanuit Staatsbosbeheer een flink deel kaal maken.

De aangewende argumenten zijn ook nogal verschillend geweest.

Maar:

Dennen moeten wijken, alles moet wijken want dennen ‘horen van oorsprong niet in Nederland’ en alles moet aangepast worden en dus... krijgen ze in die omgeving straks als het allemaal doorgaat ‘prachtige’ zandvlaktes.

Met als argumenten dat er dan wellicht onbekende planten zullen opduiken en meer van dergelijke mooipraterij.

Maar dat bijzondere paddenstoelen moeten wijken en andere levende have die op elkaar ingespeeld een geweldig mooi gebied vormen, dat is niet van belang. Als je dat aanvoert ben je sentimenteel.

En zoals met zoveel onderwerpen: men heeft de bevolking zand in de ogen gestrooid.

Mooi vergelijk in dit geval: op voorhand zand in de ogen strooien om zandvlaktes te creëren. Kijk, en daar maak ik mij nu druk om!

Dus in gedachte denk ik de laatste tijd veelvuldig aan de dennenbomen en andere specifieke gewassen in dat gebied.

Sterker nog, we gaan het aan de grote klok hangen via onze wegen.

Wie overigens het boek leest van de Duitse boswachter Peter Wohlleben met als titel: ‘Het verborgen leven van bomen’, zal net als alle tegenstanders van het kappen al snel tot andere gedachten komen.

Bomen helpen elkaar en zij staan met hun wortels met elkaar in verbinding.

Dit gaat nog veel verder maar daar is het mooie boek van Peter Wohlleben voor bedoeld.



Bleeker en Bleeker gaan wandelen...

Ja inderdaad, Bleeker en Bleeker gaan wandelen en wel op zondagmiddag 30 april om 14.00 uur en we vertrekken vanaf de Kerkbrink in Groet.

Verzamelen vanaf 13.30 uur; nadere gegevens volgen nog.

Bleeker en Bleeker verlenen vrijwillig hun bijdragen en er zal een pot staan voor een vrijwillige bijdrage voor de organisatie, dit heb ik afgelopen week besproken met Aard Mors, één van de initiatiefnemers.

Nu vraag jij je natuurlijk af wie Bleeker en Bleeker zijn?

Je zult wel begrijpen dat ik één van de twee ben.

Andrea Bleeker is de andere Bleeker.

Andrea is mijn collega die ik hoog in het vaandel heb. Andrea is namelijk een collega zoals ik graag met collega's zou willen werken.

Overigens worden we veel verward, denkt men dat we zussen zijn maar niets is minder waar, sterker nog: we zijn ook geen familie, maar toch...

Ken je dat? Je zou familie kunnen zijn, dus we noemen elkaar ook wel zus om het nog eenvoudiger te maken voor iedereen! ;-)

Andrea is meer met de geneeskrachtige kant van planten, bomen, struiken en bloemen bezig naast het eetbare en ik ben met de wandelingen meer van het eetbare en een beetje van de geneeskrachtige kant.



Zondag 8 januari gaf Andrea een lezing tijdens de studiegroep middag in Alkmaar.

Net had ik die avond ervoor heel spontaan op de Facebookpagina van het Schoorlse bos, waar iedereen vriend van kan worden als je over Facebook beschikt (link onder voorwoord) aangeboden een wandeling te willen organiseren om te vertellen wat er zoal eetbaar is.

Hier reageerde Andrea op zondag in Alkmaar weer op dat zij ook wel wil helpen. Dat heeft ons meteen doen besluiten samen dit te dragen en de groep met belangstelling in tweeën te splitsen. Heel stiekem hoop ik dat we meer collega's nodig hebben want er moeten natuurlijk heel veel mensen op de been komen.

Als we met zo'n 30/35 personen lopen dan is dat al heel wat, dus als er nu eens een paar honderd belangstellenden op af komen kunnen we meer collega's gebruiken.

Wat zou dat mooi zijn!

Aandacht voor het bos en symbolisch daarmee aandacht voor alle bossen en natuurgebieden in het land die belaagd worden.

Want de Alkmaarse Hout moet er ook aan geloven als het allemaal doorgaat.

Waarom?

Het **oudste cultuurbos van de regio** moet wijken voor uitbreiding van het ziekenhuis.

Woon ik in het Gaasterland, met prachtige bossen waar we zo in kunnen lopen, zit ik mij hier terwijl het stormt ongelooflijk druk te maken over bossen in Noord-Holland.

Het moet toch niet gekker worden, maar dit kan ik niet negeren en de 'wandelactie' met Andrea samen zetten wij graag op de agenda.

Wij gaan dat voorbereiden en de datum staat vast.

Opgeven kan alvast want de details volgen vanzelf.

Opgeven: Anneke@project7-blad.nl

Zet in het onderwerp van de mail even dat je wilt wandelen op 30 april in Schoorl.

Zo!

Dit is ook een 'project7-blad' actie en in Bergen, Schoorl en omgeving zullen ze van hieruit weer het één en ander van ons horen. Ja, we waren nog niet van de aardbodem verdwenen, oftewel: we zijn nog steeds 'strijdlustig' maar wel in positieve zin.

Het heeft geen zin om met spandoeken te lopen, we gaan juist extra belichten wat iedereen gaat missen als zo'n mooi gebied met de grond gelijk gemaakt gaat worden... wat er vernield gaat worden wat zo waardevol is.

Om de woorden van Ishi nogmaals te herhalen:

Moeder aarde wil niet naakt maar gekleed zijn...

Ditmaal een voorwoord geheel gewijd aan de bomen in Schoorl en Groet maar als je het gebied kent, weet hoe de natuur werkt en hoeveel er eetbaar en geneeskrachtig is kun je dit niet over je kant laten gaan.

Wellicht zijn er ook geluiden dat de personen die dit bedacht hebben het wel het beste zullen weten.

Realiseer je dat er al gebieden in het land zijn waar dit ook is gebeurd en men nu met kale vlaktes zit.

Terugdraaien is niet mogelijk, voorkomen wel!

En in de Prehistorie was niets overgeorganiseerd en werd dit niet vanachter een bureau bedacht, waren er geen banen verbonden aan dergelijke megaklussen, dus inkomens en werkgelegenheid.

Moet je dan alles maar laten gaan?

Dat is de andere kant en te zwart/wit, maar lees het stuk geschreven door andere kenners dan de kenners die willen kappen.

Veel plezier met alle links hieronder en met de verdere nieuwsbrief.

O ja, wel even vermelden: er komt weer een nieuwe locatie bij!

Sprang Capelle krijgt een Gezond Verstand Lezingen-locatie met Christel van Kuik als locatiehoudster.

Wij wensen Christel heel veel plezier en succes; zaterdagmiddag 21 januari spreken Frank en ik op de nieuwe locatie van Meppel.

Anneke

Gaasterland, 14 januari 2017

Lees hieronder de link naar een artikel want dit is een ander geluid dan dat van de personen die alleen maar promoten om te kappen in de bossen.

Geschreven met kennis over de bossen in Schoorl:

<http://www.flessenpostuitbergen.nl/nieuws/en-weer...-een-ander-geluid-over-het-kappen-van-bomen-in-het-schoorlse-bos/7725>

Facebookpagina Schoorlse bos:

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100014335534088&pnref=story>

Teken de petitie om het bos in Schoorl te behouden op:

www.schoorlsebosmoetblijven.nl

Red Alkmaarse Hout, tweede petitie, als je dan toch bezig bent... Dank!:

<https://petities.nl/petitions/red-de-hout?locale=nl>

Duitse boswachter Peter Wohlleben:

<https://www.groene.nl/artikel/bomen-helpen-elkaar>



Een groot bos vol lekkers

Een bos vol lekkernijen dat zichzelf met minimale bemoeienis van mensen in stand houdt. Natuurboeren Richard van Pelt en Marcel Sneek ijveren hiervoor.

WIEBEREN ELVERDINK / Leeuwarder Courant, woensdag 11 januari 2017

Stichting De Woeste Grond in Ravenswoud heeft een terrein in het buitengebied van Makkinga op het oog waarop een voedselbos zou moeten komen.

Het bos zal eerst bescheiden van omvang zijn, maar moet uiteindelijk groeien naar een oppervlakte van zo'n 30 hectare, aldus de natuurboeren Richard van Pelt en Marcel Sneek.

Het woud geldt hier als lommerrijk en een duurzaam alternatief voor de akker. „Die moet je ieder jaar omploegen, inzaaien, bemesten”, zegt Van Pelt.

Dat kan minder arbeidsintensief en minder belastend voor het milieu, is hij van mening.

In een goed 'plukbos' doet de natuur het werk vooral zelf, is het idee. In verschillende lagen - van hoge notenbomen, bessen dragende struiken tot kruiden, paddenstoelen, knollen wortelgewassen in de grond - zorgt de beplanting voor een vruchtbare bodem. Door de diversiteit aan soorten is het bos minder vatbaar voor ziekten en worden bestrijdingsmiddelen overbodig. „Het moet een solide systeem worden”, stelt Van Pelt.

In een goed voedselbos doet de natuur het werk vooral zelf.

Het voedselbos is in Nederland bezig aan een opmars, maar volgens de natuurboer gaat het vooral om kleine terreinen van hooguit enkele hectares, meestal aangeplant door ideologen.

In Friesland is het voorbeeld van het Leeuwarder Bos bekend, waar bijna 2 hectare is ingericht voor het kweken van noten, bessen en andere vruchten. Van Pelt: „Maar wij willen het nu op grotere schaal gaan doen.”

Van de gemeente Ooststellingwerf krijgt de stichting 25.000 euro voor een voorbereidende studie. Zo moet De Woeste Grond in kaart brengen hoe groot ze wil beginnen en met welke soorten. „De vraag is: hoe gaan we het systeem opzetten, zodat we in de eerste jaren al productie kunnen draaien?” De initiatiefnemers kijken naar soorten die een snelle opbrengst leveren, maar ook naar het laten rondscharrelen van varkens of kippen. Die doen dienst als natuurbeheerders en leveren ook geld op: 'natuurvlees' doet het uitstekend in de culinaire wereld.

Het is niet de bedoeling dat Jan en alleman het bos in gaat om delicatessen te oogsten. Van Pelt geeft de voorkeur aan de constructie van een coöperatie, waarin deelnemers „een soort abonnementsgeld” betalen om producten te mogen afnemen. Zij krijgen dan ook medezeggenschap over de te verbouwen soorten.

Van Pelt hoopt dat de aanplant nog dit najaar kan beginnen, liefst op een terrein „waar al een bosachtige structuur is”.

Zo lopen er in een bosperceel tussen Makkinga en Elsloo al varkens van De Woeste Grond als natuurbeheerders rond.

Met dank aan Jannie Bijlsma.
Zij is actief lid van de Studiegroep Exmorra.

Project 7-blad Alkmaar

Salie, prei, kool, ui, aardappel... alles kwam voorbij tijdens de studiegroep in Alkmaar op zondagmiddag 8 januari...

We beleefden ook deze middag weer de nodige gezellige, waardevolle en inspirerende uurtjes in



Alkmaar in de kantine van volkstuinencomplex 'De Rekere' aan de Helderseweg.

Hier zijn wij elke eerste zondagmiddag van de maand te gast met 'Project7-blad' waar de studiegroepen onder vallen.

We mochten deze middag behoorlijk wat nieuwe geïnteresseerden verwelkomen en Andrea Bleeker wist op onze



Locatie ALKMAAR

uitnodiging de middag fantastisch te vullen met mooie verhalen rond diverse gewassen die van het boerenland komen en vele kwaliteiten in zich dragen naast dat we deze op tafel zetten voor de maaltijd.

Koolbladeren zijn voor dit en voor dat en zus en zo te gebruiken. Meer weten over kool? Klik deze link: <http://www.kruidenmassages.nl/kool.html>

Ook prei heeft een enorme helende werking, naast uien en aardappelen, maar de paardenbloem en andere gewassen werden eveneens benoemd.

Tanja Dobbe, een van onze vaste bezoekers opende de middag met 'De plant van de maand'. We starten al een aantal keer de middag door een plant extra te belichten.

Ditmaal had Tanja gekozen voor de schitterende plant salie. Deze plantengroep bevat bijna 100 verschillende soorten en is zowel culinair als helend te gebruiken.

Alle belangstellenden van alle studiegroepen die mijn mails ontvangen die speciaal gericht zijn op deze groepen krijgen de tekst met de toepassingen van de salie in de mail aangereikt.



Volgende maand gaan we van Laura Wiggermans vernemen hoe we thuis met kiemen aan de slag kunnen.

Laura behandelt dan ook 'De plant van de maand'.

Zelf heb ik nu alweer zin in deze middag terwijl ik er eerst nog een paar andere op de agenda stonden ;-). Eerst gingen we woensdag de 11e naar Exmorra, de 12e naar Rijs en de 14e naar



Westknollendam. Drukke week met nog twee pannen soep :)

In Alkmaar presenteerde ik soep waar onder andere prei, een paar uitjes en aardappelen in waren verwerkt naast uiteraard andere ingrediënten. Deze soep was niet bewust ingespeeld op Andrea haar verhaal maar viel wel mooi op zijn plaats. Tja... dat heb je als je uitgaat van ingrediënten passend bij het seizoen :)

Dank Andrea en je hebt het gehoord... De aanwezigen willen je wel weer een middag ontmoeten voor een ander hoofdstuk. Ik weet dat je het ook druk

hebt maar je bent altijd welkom om je aan te sluiten bij de groep ;-)

Tis maar dat je het weet!

Anneke

Column Ellen Vader

De risico's nemen we op de koop toe...

... aldus Ruud Burgmeijer, voormalig hoofd van het Laboratorium Veldonderzoek Vaccins van het Rijks Instituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), over bijwerkingen van vaccins.

Eén van de bijwerkingen, blijkt een akelig uitzijende huidreactie te zijn met de interessant aandoende naam *extensive limb swelling (ELS)*.

Beelden zeggen meer dan woorden (niet schrikken!):

Maar zelfs met deze (sinds 2008) opvallende en alarmerende toename van 'lokale verschijnselen' bij 4-jarigen na revaccinatie met het DKTP-vaccin, blijft alles bij het oude.

Een langlopend onderzoek naar de oorzaak van deze huidreactie als bijwerking van het vaccin, werd in 2015 door het RIVM afgesloten met de conclusie dat ze hier geen verklaring voor hebben kunnen vinden (gelijkluidende conclusie van de Vlaamse gezondheidsautoriteiten, die het ook niet weten).



Zou er misschien een verband gelegd kunnen worden met de lijmlekkende-naaldenkwestie die onlangs uitgebreid in het nieuws kwam?

Ook daarvan hadden ze geen idee wat het precies in het lichaam doet en eventueel

kan veroorzaken ('toevallig' speelt dit productieprobleem bij de fabrikant al enkele jaren).

Conclusie van het door het RIVM afgesloten onderzoek was dan ook, dat 1% lekkende injectienaalden als een aanvaardbaar risico beschouwd moet worden... en wij daar maar mee moeten leven (het gaat hier wel over 25.000 naalden per jaar, alleen al in Ndl).

Artseneed: *'Ik zal aan de patiënt geen schade doen'.*

© Ellen Vader

Meer informatie over vaccineren:

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

Voor actueel nieuws, discussies, vragen, documenten,

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

FIGUUR 2 Heftige lokale reactie aan de (a) rechter en (b) linker bovenarm van een 4-jarig kind na de 5e vaccinatie in het Rijksvaccinatieprogramma, met een combinatiepreparaat bestaande uit difterievaccin, acellulair kinhoestvaccin, tetanusvaccin en poliomyelitisvaccin (DaKTP).



Horen, zien en zwijgen?

3 februari 2017
**EEN NIEUWE(?) KIJK OP
HET FENOMEEN TUMOR
(DEEL II)**

Een aanvullende zienswijze op het ontstaan en de behandeling van een tumor
Bert Heintzberger

Vervolg op lezing nummer 1:
Een tumor wil het lichaam altijd ergens op attent maken. Men moet van een tumor leren. Net zoals pijn niet bestreden moet worden met pijnstillers, maar dat de oorzaak opgespoord moet worden, zo geldt dat ook voor de tumor. Pijn is een signaal. En tumor idem. Empirie heeft aangetoond: een tumor heeft altijd een "hek". De vervuiling van het weefsel letterlijk en figuurlijk, het "hek", moet opgeruimd worden. Wat er binnen dit hek zich bevindt wordt zichtbaar en kan nu ook opgeruimd worden.

Locatie De Oude Melkfabriek
Anneke Bleeker (locatiehouderster GVL)
Hoofdstraat 7
8811 HD RIED (Fr.)

Adres

Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur

Entree € 10,00 (exclusief koffie/thee)

Aanmelden E-mail: anneke@project7-blad.nl

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

**GEORGANISEERD
DOOR GVL-LOCATIES
SNEEK EN RIED (FR.)**

www.project7-blad.nl

4 februari 2017
**HET BEDROG VAN
ROME**

De Rooms Katholieke Kerk, een uitgedacht instituut gebaseerd op leugens, intriges en malversaties
Maurits Prins

Maurits laat op een overtuigende manier zien dat de zogenaamde waarheid van de christelijke religie op niets berust. Op een heldere manier legt hij uit hoe het oorspronkelijk is ontstaan vanuit eigenbelang, leugens, fantasie en machtsmisbruik. De Bijbelse evangeliën, zoals wij die kennen, zijn vervalst en zitten vol hiaten. Daardoor ontstond er een nieuw soort theologisch christendom, waarbij ze het oorspronkelijke gnosticisme de nek om wilden draaien.

Locatie Stichting Multifunctioneel Centrum De Mandé
Adres Tramstrjitte 2-A
8771 RS NIJLAND (Friesland)

Aanvang 14.00 uur, welkom vanaf 13.15 uur

Entree € 10,00 (exclusief koffie/thee)

Aanmelden E-mail: anneke@project7-blad.nl

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

3 maart 2017
**De RELATIE
tussen MINDSET
en GEZONDHEID**

Robert van der Wolk

Op jonge leeftijd werd Robert gediagnosticeerd met type 1-Diabetes, een ongeneeslijke aandoening, welke later leidde tot het verlies van vrijwel zijn gehele gezichtsvermogen en uiteindelijk nierfalen. Terwijl hij worstelde met deze situatie ontdekte hij dat er één fundamentele kracht de zienswijzen van eenieder kan veranderen: hun mindset.

Locatie De Oude Melkfabriek
Anneke Bleeker (locatiehouderster GVL)
Hoofdstraat 7
8811 HD RIED (Fr.)

Adres

Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur

Entree € 10,00 (exclusief koffie/thee)

Aanmelden E-mail: anneke@project7-blad.nl

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

De laatste dennenappel?

Kunnen we de laatste dennenappels rapen in het Schoorlse bos?

Al enige tijd is er nogal wat commotie in Schoorl en Groet.

Als voormalig inwoner van Schoorl (Aagtdorp) heb ik met verbazing dit verhaal op afstand gevolgd.



Even ter verduidelijking: de laatste jaren is alleen naar buiten gekomen dat wij in Bergen woonden, maar voor dat ik naar Bergen verhuisde woonde ik zoals we dat daar zeggen 'op Aagtdorp' en dat viel onder de Gemeente Schoorl, nu is alles Gemeente Bergen.

Maar Aagtdorp ligt tussen het centrum van Schoorl en Bergen in, achter de hoogste duinen van Nederland.

Nu wil Staatsbosbeheer 96 hectare of meer dennenbos gaan kappen. De argumenten zijn nogal verschillend naar buiten gebracht, inwoners zijn omzeild en men deed voorkomen alsof zij het er mee eens waren.

De redenen zijn te bizar voor woorden want de natuur is altijd in beweging en ook minder fraaie of hier en daar dode bomen hebben een functie in het complete verhaal dat natuur heet.

Er ontstaat van alles rond een boom, struik of plant, die volgens de wetten van de natuur opgeruimd moet worden.

Afgelopen week bedacht ik mij dat er in de Prehistorie ook geen SBB was om vanachter een bureau of wandeling door een natuurgebied te bedenken hoe zij nu eens konden ingrijpen.

Wijzelf wonen in Gaasterland en kunnen zo 'om de hoek' prachtige bossen in lopen. Maar het bos aan de kust heeft weer een geheel andere sfeer, typisch passend bij de duinen en het feit dat deze bossen dichtbij de zee liggen.

Je kunt vriend worden van de Facebookpagina:

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100014335534088&fref=ts>

Er is een petitie gestart en hieronder een stuk tekst met daaronder de link naar de petitie:



Wij luiden de noodklok

Omdat Staatsbosbeheer van plan is om 96 hectare of meer dennenbos te kappen.

Dit is gepland op basis van het plan Natura 2000 en suggereert dat het om 'herstelwerkzaamheden' gaat. Hierdoor lijkt het alsof er natuurherstel plaatsvindt, terwijl alle aanwezige natuur wordt vernietigd en men het zand dat overblijft vrij spel wil geven. Er is al een deel bos gekapt en vervangen door zandverstuivinggebied; aansluitend wil Staatsbosbeheer daar nog eens 200 voetbalvelden met zand aan toe voegen.

Argument hiervoor is dat er dan meer biodiversiteit zou ontstaan, omdat er meer water op zou wellen als de dennen weg zijn.

Wij hebben ernstige twijfels of de dennen wel dit water uit de duinen halen en of de dennen wel voor extra stikstof uitstoot zorgen.

Wij hebben ernstige twijfels of de biodiversiteit door het opwellende water in zandverstuivingen überhaupt levensvatbaar is.

Door het kappen van de dennen zou de stikstofuitstoot dalen en kan er elders meer stikstofemissie plaatsvinden.

Het feit dat bomen zuurstof produceren uit koolzuur lijkt ineens nergens meer een rol te spelen.

Wij kunnen in de argumenten van Staatsbosbeheer geen geldig excuus ontdekken om zoveel prachtige natuur te vernietigen.

Tevens hebben wij sterk de indruk dat de procedure voor inspraak gemanipuleerd is.

Er is geen M.E.R (Milieu Effect Rapportage) gemaakt. Alsof de oude vorm - het huidige bos - niet zou worden aangetast. De presentaties worden onder het mom van "beschermende maatregelen voor de natuur" aan de burgers verkocht.

Teken de petitie:

<http://www.schoorlsebosmoetblijven.nl/petitie?page=267#comment-13399>

Bleeker en Bleeker gaan het bos in!

Door alle commotie rond het Schoorlse bos heb ik spontaan op Facebook geplaatst dat ik een wandeling wil organiseren in het Schoorlse bos.

Een wandeling waarbij we gaan kijken wat er zoals eetbaar is en wat we nog meer kunnen zien wat o zo waardevol is voor onze gezondheid.



De datum waarop dit gaat gebeuren zal spoedig bekend gemaakt worden.

Andrea Bleeker (geen familie van mij, we zijn collega's) heeft op onze uitnodiging een middag ingevuld bij studiegroep Alkmaar op 8 januari dit jaar) reageerde hier direct op.

Andrea bood meteen aan mee te willen wandelen.

Kijk...

'Bleeker en Bleeker' gaan samen het bos in!

Samen gaan we wandelen met hen die interesse hebben; we delen de groep in tweeën. Inmiddels heeft nog een collega wandelaar langs eetbare planten zich gemeld om ook haar steentje bij te dragen. Ook anderen mogen zich melden.

Je inzet is gratis, we gaan voor aandacht op deze zaak!

Met Aard Mors uit Groet hebben wij inmiddels een datum gepland: **30 april 2017**.

Anneke

Locatie Maastricht West

De 1e lezing in Maastricht West in 2017.

De lezing op 18 januari wordt gegeven door Marc Daelemans, woonachtig in Zichem, België en wereldautoriteit op het gebied van waterzuivering met behulp van planten. Zijn lezing gaat over:

RELATIE TUSSEN MINERALEN, PARAMAGNETISME en LANDBOUW:

Natuurlijke landbouw: "Brood uit Stenen" (Mineralen i.p.v. Mest)

Meer dan 100 jaar geleden ontdekte Dr. Julius Hensel als eerste dat de bodem uitgeput raakte, vooral aan mineralen.

Daarbij deed hij nog een andere zeer revolutionaire ontdekking, namelijk dat alle planten hun stikstofbehoeften kunnen halen uit de atmosfeer!

Het gebrek aan levensnoodzakelijke mineralen en sporenelementen in de bodem en het gebruik van mest (ook stalmest) is er op dit ogenblik de oorzaak van dat de bodem, het water, de planten en de mensen ziek worden.



18 JANUARI 2017
De relatie tussen
**PIRAMIDES,
PARAMAGNETISME en
LANDBOUW**
Marc Daelemans

De oude Egyptenaren noemden hun land "Khemet" (het zwarte land), zo genoemd naar de zwarte vruchtbare modder, achtergelaten op de oevers van de Nijl na de jaarlijkse overstromingen. Op dit zwarte slib konden Egyptenaren duizenden jaren lang overvloedig, gezonde smaakvolle groente en fruit telen. Wat wisten de Egyptenaren wat onze hedendaagse landbouwers (nog) niet weten. Wat is paramagnetisme? Hoe kunnen wij piramide-energie gebruiken om de vruchtbaarheid te stimuleren?

Locatie Maastricht, WoonZorgCentrum Daalhof- Anneke Fokkema
Adres Herculeshof 22
6215 BM Maastricht

Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur
Entree € 10,00
Aanmelden gvl.maastrichtwest@gmail.com ☎ 0624405539

www.project7-blad.nl

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

Tijdens de lezing krijgt u tekst en uitleg over de volledige water- en voedselkringloop met o.a. de natuurlijke landbouwmethoden van Julius Hensel met daarbij het belang van mineralen voor de gezondheid van de bodem, het water, plant, dier en mens.

Verder vertelt Marc over 'Paramagnetisme, Piramides en landbouw'.

De hoogstaande cultuur in Egypte en de bouw van piramides vond zijn grondslag in de vruchtbare bodem van de Nijlvallei en Nijldelta... Khemet – “Het zwarte land”.

De jaarlijkse overstromingen zorgden voor aanvoer van paramagnetisch vulkanisch materiaal vanuit Ethiopië.

Op dit zwarte slib konden de Egyptenaren duizenden jaren lang overvloedig, gezonde smaakvolle groenten en fruit telen.

Wat wisten de Egyptenaren duizenden jaren geleden wat hedendaagse landbouwers (nog) niet mogen weten?

En... hoe kunnen wij ook in deze tijd Piramides en Piramide-energie gebruiken voor het stimuleren van de vruchtbaarheid en het verhogen van op-

brengrsten van groenten en fruit?

Deze lezing is zeker niet alleen interessant voor ‘telers in het groot’.

De lezing wordt gegeven in de grote zaal van het Woonzorgcentrum Daalhof, Herculeshof 22, Maastricht, Daalhof.

Aanvang 20.00 uur, zaal open vanaf 19.30 uur.

Entree 10 euro, incl. één consumptie.

Aanmelden kan al via gvl.maastrichtwest@gmail.com

Hartelijke groet,

Anneke Fokkema

Gastvrouw GVL Maastricht West

Mail : gvl.maastrichtwest@gmail.com

tel. : 06-244 055 39

Fb. : <https://www.facebook.com/Gezond-Verstand-Lezingen-Maastricht-West-475590869245464/?fref=ts>



**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

LOCATIE MAASTRICHT-WEST

15 FEBRUARI 2017
Het LEVEN na de DOOD

Thema lezingen op MAANDELUKSE bas. wordt ook GEZONDHEID centraal staat op de OINGEDWONGEN manier te behandelen voor IJDEREKE

Aad Orgelist en Dirk van Beek

Dat er leven is na de dood is geen geloof of overtuiging maar voor de sprekers een innerlijk weten, gebaseerd op hun levenservaringen. Hoe het hierna wordt beleefd is echter nooit met zekerheid te zeggen. Toch zijn er opvallend veel geschriften die opmerkelijk veel overeenkomsten vertonen. In een boeiende dialoog vertellen Aad en Dirk hun ervaringen en inzichten over het leven na de dood mede op basis van deze geschriften, die ook als een filosofische stroming kunnen worden betiteld.

Locatie Maastricht West, WoonZorgCentrum Daalhof Anneke Fokkema
Adres Herculeshof 22 6215 BM Maastricht
Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur
Entree € 10,00
Aanmelden E-mail: gvl.maastrichtwest@gmail.com
☎ 0624405539

GEZOND VERSTAND LEZINGEN

www.project7-blad.nl

15 MAART 2017
IJZERSTERKE PATIËNTENRECHTEN!

Thema lezingen op MAANDELUKSE bas. wordt ook GEZONDHEID centraal staat op de OINGEDWONGEN manier te behandelen voor IJDEREKE

Chris Bartelds

Chris Bartelds verzorgt lezingen over de onbekende WGBO die de patiëntenrechten regelt. Dit is interessant voor mensen die zelf hun grenzen willen bepalen bij behandeling in de gezondheidszorg. Belangrijke principes zijn het recht op informatie, keuzerecht en bestrechten. U mag ook een behandeling weigeren. U heeft het recht om een schriftelijk wilsverklaring op te stellen om te voorkomen dat u wordt behandeld bij wilsonbekwaamheid (bijvoorbeeld: coma, dementie). Weet u wat u kunt doen om te voorkomen dat u tegen uw zin wordt doorbehandeld? Chris vertelt het en heeft een handleiding voor u geschreven.

Locatie Maastricht West, WoonZorgCentrum Daalhof Anneke Fokkema
Adres Herculeshof 22 6215 BM Maastricht
Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur
Entree € 10,00
Aanmelden E-mail: gvl.maastrichtwest@gmail.com
☎ 0624405539

GEZOND VERSTAND LEZINGEN

www.project7-blad.nl



Natuurgeneeskundige praktijk HOMEOSTASE voor gezondheid en balans

Gezond Verstand Lezingen

www.project7-blad.nl, GVL agenda per maand
Facebook: Gezond Verstand Lezingen Maastricht West

programma lezingen 2017
elke 3^e woensdag van de maand
aanvang 20.00 uur, zaal open 19.30 uur
entree € 10 incl één gratis consumptie

datum	spreker	titel lezing
18 jan.	Marc Daelemans	Relatie tussen mineralen, paramagnetisme en landbouw
15 febr.	Aad Orgelist Dirk van Beek	Het leven na de dood
15 mrt	Chris Bartelds	IJzersterke patiëntenrechten
19 apr.	in voorbereiding	
10 mei	John Breukels	Kinderen van de nieuwe tijd
21 juni	in voorbereiding	
19 juli	zomervakantie	
16 aug.	zomervakantie	

in de grote zaal van het Woonzorgcentrum Daalhof
Herculeshof 22, 6215 BM Maastricht

van te voren graag aanmelden bij Anneke Fokkema
via mail: gvl.maastrichtwest@gmail.com of tel.: 06-24405539

Anneke Fokkema, Saturnushof 31, 6215 XB Maastricht, tel. 06-24405539

Exmorra 11 januari... Wat was het leuk!

Op woensdagmiddag 11 januari waren we met bijna 20 personen in Exmorra aanwezig in het kader van de Studiegroep-middag die valt onder 'Project7-blad'.

Studie?

Zo'n middag heeft alles te maken met kennis delen, het supergezellig

hebben... kort gezegd: zesmaal per jaar op een middag een paar waardevolle uurtjes met elkaar doorbrengen.

Op deze locatie is het vierde jaar van start gegaan en de animo is groot.

Uiteraard is het net als overal: er is een vaste kern en er zijn er die komen wanneer zij kunnen, maar

toch heerst er in Exmorra een vriendschappelijke sfeer.



Locatie EXMORRA



De natuur, tuinieren, eetbare ('wilde') planten, gezond kokkerellen, natuurlijke middelen maken, zomaar wat onderwerpen die voorbij kwamen en komen.

De geneeskrachtige kant van planten vergeten we ook niet en er zijn veel meer items, mits zij maar passen onder deze vlag.

Deze middag kon Ishi Crosby zijn kennis van de Permacultuur weer delen en 'de kleine tuinen' stonden nu op de agenda.

Overigens is dat een ontzettend breed onderwerp.

Wie deze middag niet aanwezig was: we gaan op 8 maart hierop door maar je kunt zo instappen.



Gezond vogelvoer was een tweede onderwerp maar om nu met bijna 20 personen rond een pan vet met vogelvoer te gaan staan is een minder geslaagd idee. Voor alles is een oplossing, dus An en Henny gingen met mij de keuken in en wij verzorgden het vullen van alle mokken. Kopjes, mokken, van alles kun je gebruiken, sauskommen, soepkommen, als er maar een oor aan zit om dit object te kunnen ophangen.

Tegenover het oor steek je een stokje in het nog niet gestolde vet dat verzadigd is met vogelvoer en daar kunnen de vogels op staan als zij gaan pikken aan het vet-met-zaad.

Dit vet, biologisch ossenwit, bevat geen E nummers en niet de verkeerde transvetten.

Als wij gezonde vetten moeten gebruiken, moet je dat ook voor de vogels verzorgen.

Zo ging een ieder naar huis met een gevulde mok om daar op te hangen voor onze gevleugelde vrienden.

Ishi kon ondertussen nog meer vertellen en An en Henny hielpen alsof we altijd samen vogelvoer maakten.

De door mij gekookte soep stond meteen op en Henny had thuis heerlijk brood gebakken en roomboter meegenomen.

Sjoekie had ons verwend met overheerlijks baksels bij de koffie of thee en zo beleefden we weer in mijn ogen een middag met een gouden randje.



Van Janny kreeg ik een koperen bel. Vanaf nu kan ik overal aangeven wanneer de pauze voorbij is! Zo! Dank Janny, daar zullen we dankbaar gebruik van maken! Een superidee van jou. Uit Exmorra kom ik steeds blij thuis; dank iedereen voor de opgedane vitamientjes!

Anneke



Centrum Wilgenhoeve
In harmonie met de natuur

Torens van autobanden

Hier kwaken wij pompoen en courgette in torens van oude autobanden. We hebben de banden obsolet met EPI (Effectieve Micro-organismen) om mogelijk aanwezige giftige stoffen te neutraliseren. Daarna hebben we de torens gevuld met een mengsel van aarde, compost, wormmest en stro. Het zware rubber trekt de warmte van de zon aan en houdt deze lang vast.

Omdat de top van de toren is afgedekt met een dikke laag stro, wordt de vochtigheid in de torens in stand gehouden. Dit is een optimale voorwaarde en een uitstekende basis voor de plantegroei.

In deze warme, vochtige omgeving, die uitstekend geschikt is voor pompoen en courgette, zullen deze groenten dan ook overvloedig groeien. Sindsdien plaatsen een stuk boven de grond groeien, is het voor slakken moeilijker ze te bereiken en de jonge planten aan te vreten.

In de zomer zijn de autobanden bedekt met de grote pompoenbladeren die woedend groeien. Hierdoor wordt het opwarmende effect in het hete seizoen, wanneer het minder gewenst is, gereduceerd.

In de herfst kunnen wij dan een overvloed aan pompoenen en courgettes oogsten. Deze hebben in een optimaal klimaat kunnen rijpen.

Dit aardappel doen het uitstekend in deze torens. Je begint dan met twee banden op elkaar. Telkens als de plant weer is gegroeid, verhoog je de toren met één band en vult hem op met aarde en stro. De opbrengst van één aardappelplant is in een toren aanzienlijk groter dan gewoon in de grond. Zo kun je ook op een kleine oppervlakte een rijke oogst hebben!



11 maart 2017
DODELIJKE LEUGENS

Artsen en patiënten misleid
C.F. van der Horst
Schrijver van het boek met de gelijknamige titel
Het is geen toeval dat steeds meer mensen lijden aan welvaartsziekten zoals kanker, hart- en vaatziekten en suikerziekte. Deze gevaarlijke situatie zorgt ervoor, naast alle persoonlijke ellende, dat de gezondheidszorg niet meer te betalen is. Naast antwoorden over wat er gaande is (en daardoor begrip verschaft) geeft de spreker tijdens deze lezing antwoorden over wat u kunt doen om uzelf en uw gezin gezond te houden.

Locatie Kasteel van Schoten
Adres Kasteeldreef 61
2900 SCHOTEN (België)

Aanvang Stipt 13.00 uur, welkom vanaf 12.15 uur
Inkom € 10,00
Aanmelden nick@rechtopgezondheid.info of annabelle1946@hotmail.fr

www.project7-blad.nl

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

PROJECT 7BLAD

16 maart 2017
WANDELING: Fris en fruitig het nieuwe jaar in met behulp van de Natuur

Jan Pieter Balk
Nu we de donkere dagen achter ons laten en het licht weer terug keert, is het ook de tijd dat we ons lichaam en geest weer die aandacht geven welke het vraagt. Aangezien de wintermaanden energie van lichaam en geest vergen is het zaak om het te reinigen en opnieuw op te laden opdat het weer optimaal kan functioneren. Van oudsher deed men dit door de natuur in te gaan, en dat is precies wat wij deze middag ook gaan doen! Om het mineralen- en vitaminegehalte van ons lichaam aan te vullen gaan we de kruiden zoeken welke ons hierin kunnen ondersteunen. En om onze geest te optimaliseren gaan we een magische boswandeling in het Rijsterbos maken. Dit staat bekend om haar vitaliserende krachtplekken, en deze gaan wij met een bezoek vereren.

Verzamelen Restaurant **Eigen Wies**
Mientwei 9
8572 WB RIJS
Aanvang 13.30 uur, welkom vanaf 13.00 uur
Deelname € 15,00
Dit bedrag is inclusief koffie of thee en een heerlijke kop soep ter afsluiting.
Aanmelden E-mail: Anneke@project7-blad.nl

STUDIEGROEP RIJS (Friesland)
www.project7-blad.nl

www.project7-blad.nl

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

7 april 2017
HET MEDICIJNWIEL

Maarten Oversier
Wat hebben Indianen met reïncarnatietherapie te maken? Het Medicijnwiel is het fundament van menig Indiaanse cultuur. Het drukt een universele vierenheid uit, die zich voortdurend als een krachtenveld om én in ons beweegt; het is een besef dat veel goeds kan doen, maar waarover we 'van huis uit' weinig meekrijgen.

Locatie De Oude Melkfabriek
Anneke Bleeker (locatiehoudster GVL)
Adres Hoofdstraat 7
8811 HD RIED (Fr.)

Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur
Entree € 10,00 (exclusief koffie/thee)
Aanmelden E-mail: anneke@project7-blad.nl

www.project7-blad.nl

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

Locatie Meppel

21 januari 2017: de eerste lezing op deze 'splinter-nieuwe' locatie.

GVL Meppel heeft een aantal zaterdagmiddagen afgesproken met vrije school de Toermalijn om in de aula GVL lezingen te verzorgen. Het adres is Julianastraat 22, 7941 JC te Meppel. De lezingen beginnen om 14:00 uur. Inloop vanaf 13:30 uur.



LOCATIE MEPPEL

Aanmelden kan via een mailtje naar: gvlmeppel@gmail.com of bel 06-26999936

Ook als u een voorstel of vragen heeft.

21 JANUARI 2017

Liever WILD?

Of toch

GEMANIPULEERD?

Anneke en Frank Bleeker

Anneke en Frank nemen je mee langs onderwerpen die te maken hebben met ons voedsel.

- Wat de is relatie tussen een aardbei en een zalm?
- Wat kun je doen met de brandnetel?
- Wat smeert je op je huid en wat voert je vogels?

De antwoorden op deze vragen – en veel meer – komen tijdens deze lezing aan bod.

Locatie Esmee Verbaan
De Toermalijn
Julianastraat 22 (aula)
7941 JC Meppel

Aanvang 14.00 uur, welkom vanaf 13.30 uur

Entree € 10,00

Aanmelden E-mail: gvlmeppel@gmail.com
☎ 0626999936

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

De eerste lezing is op zaterdag 21 januari 2017.

Anneke Bleeker verzorgt samen met haar man Frank de lezing: Liever WILD? of toch GEMANIPULEERD.

De tweede lezing is op 18 februari 2017.

Anneke Bleeker geeft de lezing: Creatief tuinieren.

Anneke vertelt natuurlijk graag meer over haar initiatieven zoals de GVL lezingen en project7-blad studiegroepen. Bij voldoende interesse is het idee ook een studiegroep in Meppel te starten.

De derde lezing is op zaterdag 18 maart.

Nu komt dhr. Hayo Bol ons bijscholen met de lezing: Alles over detoxen.

De 4e lezing is op 22 april (wie wilt u graag horen en zien?),

De 5e lezing is op 20 mei (nog open voor suggestie) en als laatste voor de zomer op **17 juni** (dr. Jannes Koetsier).

Esmée Verbaan

gvlmeppel@gmail.com

<https://www.facebook.com/Gezond-Verstand-Lezingen-Meppel-641261609389358/?fref=ts>

Soep... volgens protocollen!

Soms kom je een stuk tekst tegen waar je 'iets mee moet doen'.

Dit is zo'n stuk waar je bij zit te gniffelen. Zeker ik, want ik zag het voor mij, terugdenkend aan de vele liters soep die ik in de afgelopen jaren heb gemaakt en versleept.

Voor wie niet weet waar ik het over heb: toen ik begon met het geven van lezingen over de 'wilde' groenten, kruiden en eetbare bloemen maakte ik er vanaf dag één een gewoonte van om een pan soep mee te nemen voor in de pauze.



Het liefst hadden we daar een kruidenboter bij en broodjes of toastjes, zodat de aanwezigen letterlijk een beetje konden proeven van de sfeer van de lezing.

De gerechten bestaan namelijk altijd uit bekende groentesoorten, aangevuld met dat wat er op dat moment te plukken valt en bij dat seizoen past.

Je leert wel hoe je bij het autorijden moet anticiperen op drempels, hoewel dat al een issue was toen ik in de tachtiger jaren eerst een bloemenwinkel had en van daaruit volop met bloemen werkte die men kon drogen waar wij dan grote en kleine gemengde boeketten van maakten.

Wat te denken van bloemstukken vervoeren?

Toen had ik respect voor mijn bezorger van de bestellingen, want elke hobbel - toen waren er nog niet veel drempels - ga je voelen als je dergelijk werk gaat vervoeren.

Pannen soep is weer een ander verhaal, in een doosje, met het deksel op de pan vastgebonden; ik moet zeggen: het is nooit verkeerd gegaan.

Naar Heerlen, naar Groningen, naar elke windrichting en lange tijd viermaal per jaar naar Schoten, waar we net boven Antwerpen in het mooie kasteel de middagen vullen. Komende keer is dat 11 maart.

Maar zonder soep 😊

Want na enige jaren bedacht ik dat het mooi was geweest, al die liters soep.

Bij het lezen van onderstaande tekst die ik langs zag komen via Facebook ging mijn verbeelding met mij aan de haal.

Ik zag het letterlijk voor mij maar je kunt dit verhaal werkelijk over van alles heen leggen:

De zorg loopt in de soep!

Het openbaar vervoer loopt in de soep!

De scholen lopen regelmatig in de soep!

Oftewel eigenlijk loopt de hele maatschappij in de soep!

Een soepzootje via deze leuke uiteenzetting en waar het om gaat?

Is er eigenlijk wel soep aan het eind van het verhaal?

Dit verhaal deed het op mijn facebookpagina leuk toen ik het had geplaatst, dus daarom gun ik het jou ook om te lezen, even te lachen maar toch te zien dat alles zo in elkaar steekt!

En ik?

Zonder protocollen maak ik soep met groente die op dat moment voorhanden is, wat we kunnen plukken, wat kruiden en Keltisch zeezout en genieten maar!

Anneke

<https://www.linkedin.com/pulse/veiligheidsprotocol-voor-soep-rob-van-de-walle>

Een winterse thee...

Dit recept delen we niet voor de eerste keer maar is elk jaar toch weer 'hot'.

Verse gember met kaneel en steranijs.

Het gekookte water even laten staan en laten afkoelen tot ongeveer 85/90 graden.

Wanneer je gekookt water direct op de ingrediënten giet dan slaan deze dood.

Dit is van toepassing op zowel verse als gedroogde thee.

Gember is gezond, verwarmend en heeft een positieve invloed op onze lever.

Gember is uitermate geschikt om in koude tijden te gebruiken, in de zomer is het effect te heftig in combinatie met warm weer.

Deze drie ingrediënten kun je natuurlijk ook aanvullen met andere variaties, denk eens aan cranberries, appels, sinaasappels, oftewel leef je uit en combineer naar hartenlust.

Zo ontstaan de lekkerste recepten, gewoon spontaan door 'te doen'.

Anneke



18 FEBRUARI 2017
CREATIEF
TUINIEREN
Anneke Bleeker

Deze lezing biedt verschillende mogelijkheden om op een speelse manier kennis te maken met het rijke wat de natuur ons te bieden heeft. Anneke toont allerlei manieren om – ook op zeer kleine oppervlakken - allerlei gewassen te kweken die een gezonde aanvulling kunnen zijn op je maaltijd. Zij vertelt o.a. over vierkantemeterbakken, kweken in terracotta potten en pottenpiramides, maar ook over hoe je zelf je eigen theemengsels kunt maken, over het drogen van planten voor een wintervoorraadje, over 'wilde' groenten en kruiden in je tuin. Het bijzondere en fascinerende van de natuur kun je zelf vertalen in leuke projectjes, die je samen met (klein)kinderen kunt uitvoeren

Locatie Esmee Verbaan, De Toermalijn
Adres Julianastraat 22 (aula)
7941 JC Meppel

Aanvang 14.00 uur, welkom vanaf 13.30 uur
Entree € 10,00
Aanmelden gvimeppel@gmail.com ☎ 0626999936

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

18 MAART 2017
ALLES over
DETOXEN
Hayo Bol

Detoxen of ontgiften wordt steeds populairder. Tijdens de detox voelt iedereen zich prima, maar de grootste uitdaging is om dit zo te houden. Aan de hand van het systeem van Reckeweg wordt de noodzaak van ontgiften duidelijk. Hayo bespreekt de fysiologie van het lichaam. Welke mogelijkheden kent het lichaam om te ontgiften en hoe gaat dat in zijn werk? Hoe maakt het lichaam de schadelijkste toxines en zware metalen onschadelijk? Je leert of vasten geschikt voor je is, wat de risico's zijn van de liverflush en hoge darm-spoeling en wat je nog meer kunt doen.

Locatie Esmee Verbaan
De Toermalijn
Adres Julianastraat 22 (aula)
7941 JC Meppel

Aanvang 14.00 uur, welkom vanaf 13.30 uur
Entree € 10,00
Aanmelden gvimeppel@gmail.com ☎ 0626999936

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

**PROJECT
7BLAD**

21 januari 2017
ETEN
WAT DE POT SCHAFT
IN WARNS (Friesland)
Hennie de Kruijk

Deelnemers/deelnemerssters zijn vanaf 17.30 uur welkom. Er is dan de gelegenheid om onderling kennis maken door een praatje vooraf.

Om 18.00 kun je aan tafel en wordt de uitgebreide vegetarische en biologische maaltijd geserveerd.

Aanmelden VERPLICHT Lv.m. inkoop ingrediënten!
Locatie Thuis bij Hennie de Kruijk
Na aanmelding krijg je per e-mail het adres en de routebeschrijving toegezonden.

Aanvang 18.00 uur, welkom vanaf 17.30 uur
Deelname € 17,50
Aanmelden E-mail: hdekruijk@kprplanet.nl

ETEN WAT DE POT SCHAFT
www.project7-blad.nl

Nieuwe presentatie Project 7-blad

Om iedereen die dit wil, een handje te helpen bij het gebruik van 'wilde' groenten, kruiden, planten, bomen en bloemen in de maaltijd, heeft Project 7-blad enkele eigen uitgaven in omloop gebracht:

NIEUW!!!



De eetbare tuin is een presentatie die uit **twee delen** bestaat.

In die twee delen worden **ongeveer 225** 'wilde' tuinplanten, bomen, struiken, bloemen etc. behandeld, die geschikt zijn voor consumptie.

Als downloadversie: € 17,50 per deel
Als cd-versie: € 22,50 per deel

**Ter introductie/voortekening:
SAMEN VOOR € 15,00**

(t.m. 25 januari 2017)

EERDER VERSCHENEN:



Een fotopresentatie met meer dan 1000 foto's, inclusief recepten en veel wetenswaardigheden.

Als downloadversie: € 20,00
Als cd-versie: € 25,00



Deze presentatie bestaat uit een dia serie en een tekstboek in kleur.

Het tekstboek kun je printen.
Het is uitgevoerd in A4-formaat.

Als downloadversie: € 15,00
Als cd-versie: € 17,50



'Wild koken is voor iedereen' is een boek vol recepten waarin 'wilde' ingrediënten zijn gebruikt, naast de 'gewone' ingrediënten die je in de 'biologische' natuurwinkel kunt kopen.

Als downloadversie: € 15,00
Als cd-versie: € 17,50

Bestellen kan via een e-mail aan:

Anneke@project7-blad.nl

Colofon:

Redactie: Wim en Ellen Pet

Teksten: Anneke Bleeker, Leeuwarder Courant/Wieberen Elverdink, Ellen Vader, Anneke Fokkema, Esmee Verbaan,

Foto's: Wim en Ellen Pet, Anneke Bleeker, Leeuwarder Courant/Wieberen Elverdink, Ellen Vader/Vaccinvrij.nl,

Kopij voor de volgende GVL Nieuwsbrief?
 (Ellen en Wim Pet)

Mail naar: Ellen@project7-blad.nl

Interesse in starten GVL-locatie:
 (Annette Ochse)

Mail naar: Annette@project7-blad.nl

Interesse in spreken voor GVL-locaties:
 (Frank Bleeker)

Mail naar: Frank@project7-blad.nl

Aan-/afmelden voor deze GVL-Nieuwsbrief
 (Barbera Smit)

Mail naar: NieuwsbriefGVL@project7-blad.nl

Aanmelden voor de Nieuwsbrief Project 7-blad Junior
 (Anneke Bleeker)

Mail naar: Anneke@project7-blad.nl

Informatie over deelname als locatie aan
 Eten wat de pot schaft (Anneke Bleeker)

Mail naar: Anneke@project7-blad.nl

Starten Studiegroep Project 7-blad
 (Marja Frederiks)

Mail naar: Marja.studiegroepen@project7-blad.nl

Aanmelden voor de Nieuwsbrief Project 7-blad
 (Marja Frederiks)

Mail naar: marja.nieuwsbrief@project7-blad.nl

