

# Nieuwsbrief Gezond Verstand Lezingen

Eerste jaargang, nummer 4  
November 2015

## Inhoud:

Pagina	1	: Kop Nieuwsbrief en inhoudsopgave
Pagina	2	: Van de redactie
Pagina	2	: Storm in de natuur en onder de mensen... – Anneke Bleeker
Pagina	5	: Locatie Alkmaar krijgt een andere gastvrouw... – Anneke Bleeker
Pagina	7	: Even voorstellen: Annette Ochse
Pagina	8	: Poster Alkmaar – lezing 11 december 2015: Mike Donkers
Pagina	8	: Locatiebijdrage Culemborg
Pagina	9	: Agenda 1 <sup>e</sup> halfjaar locatie Culemborg
Pagina	10	: Poster Culemborg – lezing 10 december 2015 Juglen Zwaan
Pagina	11	: Dodelijke leugens – C.F. van der Horst
Pagina	12	: Ingezonden brief van Jannes Koetsier – Shakenbaby schiet door
Pagina	13	: Studiegroepen via Project7-blad – Anneke Bleeker
Pagina	14	: Studiegroep Oirsbeek ontkiemt - Lilian
Pagina	15	: Sprekersbijdrage van Fred Neelissen
Pagina	19	: Poster Schoten lezingen 28 november 2015
Pagina	20	: Colofon

## Van de redactie

De herfst is nu echt losgekomen. Waren de dagen eerst mooi en warm voor het jaargetijde, de bossen waren prachtig in alle kleuren, is inmiddels storm, wind en regen als in een echte herfst over ons gekomen. De eerste nachten met vorst hebben zich ook gemeld.



In deze nieuwsbrief weer allerlei verschillende onderwerpen. Locatie Alkmaar krijgt een nieuwe locatiehoudster, Annette Ochse en zij stelt zich voor. Verder de laatste activiteiten onder leiding van Anneke in Alkmaar, waar Mike Donkers op 11 december a.s. komt spreken. Daarnaast een ingezonden brief van Jannes Koetsier m.b.t. de stichting Shakenbaby.nl, een bijdrage van Fred Neelissen, een locatiebijdrage van Culemborg, met agenda voor het komende halfjaar en aandacht voor de lezing van Juglen Zwaan aldaar op 10 december a.s. En aandacht voor het boek Dodelijke leugens van C.F. van der Horst.

Kortom, weer veel leesplezier gewenst.

### Agenda lezingen:

Lezingen november 2015 : <http://www.project7-blad.nl/page43.html>

Lezingen december 2015 : <http://www.project7-blad.nl/page44.html>

Lezingen januari 2016 : <http://www.project7-blad.nl/page33.html>

---

## Storm in de natuur en storm onder de mensen...

**Het stormt wat af, de natuur laat flink van zich horen.**

Overigens heb ik persoonlijk een ongelofelijk hekel aan storm. Alles om je heen is onrustig, kraakt, takken waaien kapot, als de rust weer is terug gekeerd voelt dat toch weer een stuk fijner.

Terwijl ik dit voorwoord voor de GVL-nieuwsbrief schrijf gaat het ook weer aardig te keer buiten.

Storm onder de mensen, waar je ook luistert... Overall is van alles gaande in het klein en in het groot tot zeer dramatische gebeurtenissen aan toe waar we inmiddels ook met z'n allen al aardig door overspoeld raken.

Automatisch zul je nu wellicht aan Parijs denken, te triest en te bizar voor woorden.

Wat bezielt de mensen?

Dit vragen we ons al langer af; de gebeurtenissen volgen elkaar in en steeds sneller tempo op.

Tijd voor kleinschalige waardevolle initiatieven en wij willen met de Gezond Verstand Lezingen en de studiegroepen binnen Project7-blad daar graag, met elkaar een steentje aan bij dragen.

Met de locatiehouders waar de lezingen op de agenda staan en met de gastheren en/of -vrouwen van de studiegroepen; deze draaien minimaal zes keer per jaar.

Voor deze groepen is behoorlijk belangstelling en we kunnen vermelden dat er in Breda ook een zal komen.

De gastvrouw van studiegroep Oirsbeek heeft een bijdrage voor deze nieuwsbrief ingeleverd en omdat deze groepen perfect passen naast de GVL-locaties besteden we hier ook enige aandacht aan in deze nieuwsbrief.



**28 NOVEMBER 2015**

- **De relatie tussen PIRAMIDES, PARAMAGNETISME en LANDBOUW**
- **BLIND VERTROUWEN of bewust kiezen met GLAUCOOM. WAT KIES JIJ?**
- **INVULLING DOOR DE GVL-ORGANISATOREN SCHOTEN**

**Spreekers zijn:**

- Marc Daelemans
- Petra Elberse
- Organisatoren GVL SCHOTEN

**Locatie** Kasteel van Schoten  
**Adres** Kasteeldreef 61  
 2900 SCHOTEN (België)  
**Aanvang** 12.00 uur, welkom vanaf 11.30 uur  
 Einde programma: ongeveer 17.30 uur  
**Entree** € 10,00 (inclusief een versnapering)  
**Aanmelden** nick@rechttopgezondheid.info of  
 annabelle1946@hotmail.fr

GEZOND  
VERSTAND  
LEZINGEN

www.project7-blad.nl

Zaterdag 28 november zijn we weer in het Kasteel van Schoten, de laatste zaterdagmiddag van 2015 maar de vier datums voor 2016 zijn al geboekt en de eerste valt op 5 maart.

Maar eerst zaterdag de 28<sup>ste</sup>, we vullen de middag weer ouderwets zoals alle voorgaande keren met diverse sprekers, wat lekkers in de pauze en natuurlijk met de boekentafel van uitgeverij Succesboeken.

Het enige dat is veranderd is, dat we nu deze middagen laten vallen onder Gezond Verstand Lezingen en de posters een andere kleur hebben. Verder blijft alles bij het oude en zijn wij met elkaar nog net zo gezellig.

Marc Daelemans en Petra Elbers zullen spreken zoals staat aangegeven.

Als derde spreker kondigen we Frank Bleeker aan en zijn thema blijft nog een verrassing.

Fred Meijroos van Uitgeverij Succesboeken zal de middag weer als ouderwets openen en ik zal nog iets bedenken voor de traditionele afsluiting maar wij 'fietsen' er altijd spontaan omheen, nemen meer of minder tijd afhankelijk van de

andere sprekers en hun mooie verhalen.

Ellen Vader uit Frankrijk is er uiteraard ook weer evenals Nick van Ruiten. Nick hoort helemaal bij deze middagen want als hij mij in februari 2011 niet had laten spreken op deze werkelijk prachtige locatie dan waren deze middagen nooit op onze agenda gekomen. Volgend jaar juni vieren we een feestje. Dan is het exact vijf jaar later, na de eerste middag met diverse sprekers.

Een hele middag voor 10 euro in een fantastische omgeving en maar een half uurtje onder Breda.

Deze houden we erin, maar een half uurtje onder Breda, velen nemen dit al van mij over ;-)

En de waarheid is het, rijd je bij Breda dan ben je er zo. Zeggen we dat we een middag in België presenteren lijkt het opeens ver weg.

Wij komen uit Friesland dus alles daar onder is niet te ver. ;-)

Het jaar 2015 zat en zit voor ons vol met veranderingen en ik kondig er daarom nog maar eentje aan:



**11 DECEMBER 2015**  
**SPIJSVERTERING,**  
**Een mes dat aan twee kanten snijdt**  
**Mike Donkers**

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

Mike legt uit dat onze spijsvertering niet alleen verantwoordelijk is voor de vertering en opname van voedingsstoffen maar ook voor de afvoer en uitstoot van gif- en afvalstoffen. Ondervoeding hoeft niet alleen het gevolg te zijn van te weinig voedselname maar ook van een verzwakte spijsvertering. Eiwitvertering kan problematisch zijn en speelt o.a. een rol bij voedsel-allergieën en -intoleranties. Spijsvertering is een mes dat aan twee kanten snijdt: hoe beter je in staat bent om voedsel te verteren en op te nemen, hoe beter je ook kunt ontgiften.

**Locatie** Anneke Bleeker, Wijkcentrum Overdie  
**Adres** Van Maerlantstraat 8-10  
1813 BH ALKMAAR

**Aanvang** 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur  
**Entree** € 10,00  
**Aanmelden** Anneke.alkmaargvl@project7-blad.nl

GEZOND VERSTAND LEZINGEN

www.project7-blad.nl

Vrijdagavond 11 december zal ik voor de laatste keer gastvrouw zijn op de locatie in Alkmaar.

Mike Donkers spreekt deze avond en verderop in deze nieuwsbrief kun je lezen wie het stokje zal overnemen.

Deze overname is de beste die we sinds lange tijd hebben meegemaakt en we hebben er meer dan 100% vertrouwen in dat de dame die locatie Alkmaar gaat overnemen dit met liefde en passie zal presenteren.

Daar kennen we haar goed genoeg voor, al langer dan tien jaar en zij draait al enige tijd een andere locatie.

Wij stoppen niet met het runnen van een locatie maar gaan dit elders verzorgen. We starten er weer eentje en ook dat kun je lezen in de verdere uitleg in deze nieuwsbrief.

Per 2016 is locatie Alkmaar in andere handen, een mooi begin in een nieuw jaar.

Wij blijven wel op de eerste zondagmiddag van de maand naar Alkmaar komen voor de studiegroep die in de kantine

van de volkstuinten draait aan de Helderseweg.

De informatie staat op de site voor deze groepen en via de mail kun je altijd bij ons terecht.

In deze nieuwsbrief verwijs ik heel graag naar de bijdrage van Fred Neelissen.

Fred is bio-energetisch tandarts en draagt ons concept een warm hart toe. Daarom zijn wij blij met zijn aangeleverde tekst want het is van groot belang dat dit soort informatie gedeeld wordt.

Dit soort bijdragen mag stormachtig de wereld door, als het dan toch op zijn tijd moet stormen.

Veel leesplezier gewenst en wellicht tot ziens in Schoten op 28 november, Alkmaar op 11 december, op een middag van een studiegroep of elders de komende tijden.

Anneke

Gaasterland, 18 november 2015

## Locatie Alkmaar krijgt een andere gastvrouw...

Locatie Alkmaar draaide afgelopen september vier jaar...



We kijken terug op vier mooie jaren met grote en soms ook kleine opkomsten, maar er is geen avond gecancelled, altijd waren er weer mooie momenten of reacties.

Het ene onderwerp scoorde soms beter dan het andere maar we mogen, terugkijkend, absoluut niet mopperen en we kunnen rustig stellen dat de GVL-locatie Alkmaar zeker bij de top hoort qua bekendheid, opkomst en gezelligheid. Wijkcentrum Overdie heeft inmiddels een metamorfose ondergaan; een complete verbouwing heeft ervoor gezorgd dat de

hoofdingang nu aan de vroegere achterkant zit, oftewel een rigoureuze verbouwing met als resultaat mooie zalen en een gezellige bar.

GVL is voor locaties die dit wensten het vervolg op GVA dus wat dat betreft ook een rigoureuze verandering.

Sinds oktober heet deze locatie: Gezond Verstand Lezingen Alkmaar en nu is de tijd gekomen om het stokje over te dragen. Allemaal veranderingen tegelijkertijd.

Met heel veel plezier hebben wij, Frank en Anneke, samen met Hanneke, deze locatie gerund.

Hanneke was hier het gezicht achter het tafeltje bij de entree, Frank liep rond voor de handen spandiensten, de koffie en de thee voor de spreker en voor onszelf; zelf had ik zo mijn handen vrij voor een babbel met deze en gene.

We mochten een grote diversiteit aan sprekers en spreeksters ontvangen qua personen en onderwerpen.

Mijn persoonlijke stempel blijft tot en met juni nog even voelbaar: alle sprekers en spreeksters zijn tot en met die maand in 2016 geboekt.

Aanvankelijk was het niet ons idee deze locatie los te laten omdat we in Noord Holland heel veel bekenden hebben en dit een mooie gelegenheid is contacten te onderhouden.

Maar omdat de kaarten nu anders liggen, wij een tak met locatiehouders onder de naam GVL bij ons hebben laten aansluiten, Noord Holland al 7 locaties heeft met de 8<sup>e</sup> in aantocht in de Zaanstreek, Friesland op dit moment alleen met locatie Sneek draait, wij in Friesland wonen en Hanneke geheel onverwacht daar ook naar toe gaat verhuizen, is alles in een ander daglicht komen te staan.

We vinden het eigenlijk een beetje van de zotte om met z'n drietjes elke maand naar Alkmaar te komen. Hanneke reageerde overigens al direct na het bekend worden dat zij naar Friesland komt, wel met ons mee te willen naar Alkmaar, maar toch...

Mijn gevoel veranderde omdat Friesland ook meer locaties op de kaart mag hebben staan. Daarnaast zal ik als gastvrouw de studiegroep Alkmaar op de eerste zondagmiddag van de maand zelf in principe blijven 'runnen' dus om nu twee locaties en een studiegroep te draaien is te veel naast het geven van lezingen en thuis het nodige voor GVL en de studiegroepen te moeten bijhouden.

Wij gaan in de provincie Friesland een locatie openen, op dit moment is een bekende van ons zich aan het oriënteren ten aanzien van een locatie. Ergens tussen Franeker, Bolsward en Gaasterland.

Het idee is op de eerste vrijdagavond van de maand deze locatie te gaan draaien, dan kunnen we als we willen ook nog naar Alkmaar komen als dat zo uitkomt. ;-)

In januari zijn we er zeker, we laten Annette niet direct helemaal alleen.

Annette Ochse is de dame die ons gaat vervangen en wie bij de entree gaat zitten zal nog duidelijk worden.

Annette woont in Haarlem en runt daar GVL-locatie Haarlem. Ze is dus helemaal bekend met ons concept en daarnaast kennen wij elkaar al meer dan tien jaar. We zijn heel blij dat zij deze locatie onder haar hoede zal nemen.

Deze overname voelt meer dan goed, is op voorhand al succesvol en met plezier nemen wij in december afscheid.

Dan zal Mike Donkers spreken en zonder dat we dit hebben gearrangeerd voelt dat ook als perfect.

Mike ontmoette ik voor de eerste keer op 8 maart 2009 in Amersfoort.

Sinds kort weet ik dat Janneke Monshouwer (jarenlang bekend van de TV) deze middag mede organiseerde maar wij waren daar op uitnodiging van Henk Trentelman (schrijver van het boek; Chemo?... Of kan ik zélf kiezen?) en daar ik de 17<sup>e</sup> februari daarvoor was begonnen met het waarschuwen tegen vaccins, heb ik nooit geweten dat Janneke hier een grote rol heeft gespeeld. Op vrijdagavond 12 februari zal Janneke komen spreken op locatie Alkmaar. Wat is toeval?

Maar om op Mike terug te komen: wij kennen elkaar uit die beginperiode en nu spreekt hij op onze laatste avond in Alkmaar.

Dat voelt als een begin en een eind dat 'klopt'.

Zomaar mijn gedachten toen ik dit laatst overzag. Noem het kronkels ;-)

Janneke zullen wij ook in Friesland uitnodigen, maar meer sprekers die wij tot en met juni voor de luisteraars in Alkmaar hebben bedacht.

Maarten Oversier, ook een 'oude bekende', komt in april, samen met Jan, voor de derde keer naar Alkmaar. Hen gaan wij beslist ook in Friesland uitnodigen.

En 'onze' Frits heeft in Alkmaar alle lezingen al op de agenda gehad maar we zullen hem naar Friesland laten rijden ;-)

Wij wensen Annette alle goeds en graag dank ik allen die in de afgelopen jaren oprechte belangstelling hebben getoond via persoonlijke reacties en mailtjes, voor jullie aanwezigheid en support.

Want zonder jullie, bezoekers van de lezingen, zijn er geen locaties.

Als er geen locatiehouders en sprekers zijn houdt het op, maar zonder bezoekers is het ook een uitgesloten zaak.

Dank namens Frank en Hanneke.

Wij kijken terug op mooie jaren. Hieronder stelt Annette zich voor.

Anneke

---

## Even voorstellen: Annette Ochse

### Nieuwe locatiehoudster GVL-locatie Alkmaar

Goh zeg, wat een eer! Ben ik bij de studiegroep in Alkmaar, vraagt Anneke mij of ik haar locatie wil overnemen.

Tja, nou ben ik een snelle beslisser en ik had er wel oren naar. Toch heb ik even bedenktijd gevraagd. Toen ik een goede week later te gast was bij Gezond Verstand Lezingen Alkmaar heb ik Anneke gezegd dat ik goed nieuws voor haar had.

Ik hoefde niets meer uit te leggen, zij begreep mij meteen.

Wij hebben er samen met Frank en Hanneke even een wijntje op gedronken. Nou hebben wij dat wel vaker gedaan de afgelopen 10 jaar, toch even vieren.

En nu mag ik mij dan even voorstellen. Ik ben Annette Ochse, bijna 58 en Australische.

Momenteel (ik ben een diplomatendochter, dus het aantal verhuizingen tel ik niet eens meer) woon ik in Haarlem. Ik heb een zoon, schoondochter en kleindochter.

Beroepsmatig gezien wist ik het al vroeg.

Vanaf mijn elfde heb ik aan de Royal Ballet School in London gestudeerd en direct daarna de eerste van mijn eigen scholen gestart. Jammer genoeg is daar veel te snel een einde aangekomen. Een zwaar ongeluk heeft mijn leven overhoop gehaald.

Na jaren revalideren heb ik voor een andere studie gekozen. Mijn lijf functioneerde misschien niet optimaal meer, maar mijn hoofd wel. Dus een nieuwe studie.

Ook daarna koos ik voor het ondernemerschap, een secretariaatsbureau. Inmiddels ben ik alweer een aantal jaren 'in ruste'.

Wat Project 7-blad betreft neem ik deel aan de studiegroepen in Nederweert en Alkmaar. Heel verschillende groepen, heel verschillende kennis.

Daarnaast mag ik gastvrouw zijn voor Gezond Verstand Lezingen Haarlem. En binnenkort dus ook voor locatie Alkmaar. Ik verheug mij erop.



Tegelijkertijd besef ik dat het een uitdaging wordt.  
Je zult La Bleeker maar opvolgen! 😊

Annette Ochse

---

## Locatiebijdrage Culemborg

**De Gezond Verstand Lezingen worden in Culemborg georganiseerd door Lianne van den Dungen en Liselotte Stevens.**

De motivatie om deze avonden te organiseren is dat er informatie beschikbaar komt t.a.v. gezondheid, milieu en economie die verder niet zo belicht wordt, zodat eenieder zijn eigen keuzes kan maken vanuit het hart en eigen verantwoordelijkheid. En verder om dit op een laagdrempelige en gezellige manier aan te kunnen bieden.



Lianne: Mijn allereerste achtergrond is die van HBO verpleegkundige. Hiermee heb ik in allerlei werkvelden mogen werken, in zowel binnen- als buitenland. Momenteel werk ik nog steeds in de intensieve thuiszorg als zzp-er. Daarnaast ben ik met plezier moeder van een zoon van 13 jaar!

Voordat ik moeder werd, heb ik ook veel gereisd en altijd open gestaan voor andere culturen en levenswijzen.

Ik heb ook altijd al wel interesse gehad in natuurlijke wijzen van genezen (waarom zou je medicijnen nemen als het ook natuurlijk kan..?), maar toen ik moeder werd, zzp-er

was en kostwinner was, kwam meer voorop te staan: hoe houd ik mezelf en mijn kind zo gezond mogelijk? Ziek-zijn zou naast extra energie ook geld kosten. Dat bracht bij mij een bewustwordingsproces op gang, die ik door middel van het mede organiseren van de GVL avonden ook meer de wereld in wil brengen en daar in elk geval mijn bijdrage aan wil leveren!

Ik had me voorgenomen dit 1 jaar in elk geval te doen en na dat jaar voelde ik dat er iets aan moest veranderen: ik wilde stoppen, het overdragen of het samen delen.

En door dat uit te zetten, kwam Liselotte op mijn pad en zo





ontstond eerst het idee om het over te dragen, maar dat veranderde langzaam vanuit beiden in: we gaan het samen proberen!! Dus kan Culemborg en omstreken genieten van lezingen georganiseerd via de GVL. En hopelijk wordt het dan ook steeds meer een succes!

Liselotte: Als bioloog en gewichtsconsulent ben ik geïnteresseerd in hoe het lichaam werkt en wat het effect van (gezond) voedsel is. In mijn praktijk Tafel42 begeleid en adviseer ik kinderen met overgewicht naar een ander eet- en leefpatroon. Ik houd van het ontdekken van andere culturen en heb veel gereisd. Ook fietsen we – samen met onze 3 kinderen (van 5, 7 en 9 jaar) – veel. Met deze actieve levenshouding ben ik – na de oproep van Lianne – in de GVL-wereld terecht gekomen. Samen met Lianne organiseer ik de lezingen van de GVL in Culemborg.



Donderdag 10 december 2015 is de lezing van Juglen Zwaan, bekend van de website [www.ahhealthylife.nl](http://www.ahhealthylife.nl)

Hij komt spreken in OBS 't Praathuis, Meerlaan 26, 4103XS te Culemborg over Gezond Leven in deze moderne tijd. Wat kun je doen om je gezondheid in eigen hand te nemen en te verbeteren? Wat kunnen we in de supermarkt beter laten staan? Wat kunnen we wel in ons mandje stoppen? Het leven verandert steeds sneller. De wereld van gisteren is vandaag alweer verouderd. We kunnen meestal niet anders dan met de stroom mee bewegen, ook al is dit niet altijd even gezond voor ons. Waar liggen nu de knelpunten en wat kunnen we wel doen om goed voor onszelf te zorgen? Zeer interessante spreker!

Entree: € 10,00. Aanmelden kan via [GVLculemborg@gmail.com](mailto:GVLculemborg@gmail.com), een app naar 06-3635 64 44 of kom 10 december a.s. om 20.00 uur spontaan langs. Wees erbij en wees welkom! Aanvang 20.00u. Grijp je kans, enkel 3 min. vanaf het station lopen!

## Agenda GVL Culemborg 2016

Donderdag 4 februari : **Lisette Timmermans:**  
Vermoeidheid alternatief bekeken

Donderdag 3 maart : **Monic Bakker:**  
Spiritualiteit en Gezondheid

Donderdag 7 april : **Marina Schriek:**  
Stress: vijand of bondgenoot

- Donderdag 12 mei : **Ronald Bernard:**  
Vrij en Blij uit de crisis met een nieuwe Bank.  
*Voor een rechtvaardige samenleving en een gezonde economie.*
- Donderdag 2 Juni : **Paul Vens:**  
Het inspirerende Licht van een Bijna Dood ervaring.

**10 december 2015**  
**GEZOND LEVEN IN  
DEZE MODERNE TIJD**  
*Juglen Zwaan*

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

Wat kun je doen om je gezondheid in eigen hand te nemen en te verbeteren?  
Het leven verandert steeds sneller. De wereld van gisteren is vandaag alweer verouderd. We kunnen meestal niet anders dan met de stroom mee bewegen, ook al is dit niet altijd even gezond voor ons. Waar liggen nu de knelpunten en wat kunnen we wel doen om goed voor onszelf te zorgen? Wat kunnen we wel in ons mandje stoppen?  
Juglen is auteur van het boek: *De supplementenwijzer.*

**Locatie** Lianne van den Dungen en Liselotte Stevens  
OBS 't Praathuis

**Adres** Meerlaan 26,  
4103 WB CULEMBORG  
(3 minuten lopen vanaf het station)

**Aanvang** 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur

**Entree** € 10,00

**Aanmelden** GVLculemborg@gmail.com  
☎ 06-36356444

**GEZOND  
VERSTAND  
LEZINGEN**

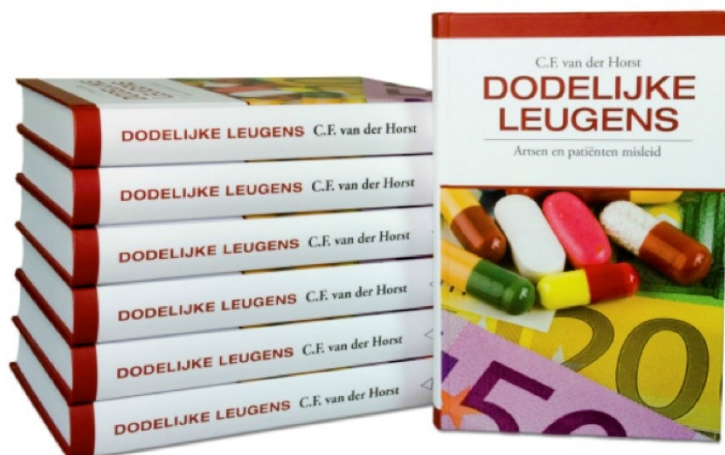
www.project7-blad.nl

## Dodelijke leugens – C.F. van der Horst

Onlangs werd de redactie van Project 7-blad/GVL attent gemaakt op een boek dat voor u heel interessant kan zijn.

Het boek *Dodelijke leugens. Artsen en patiënten misleid* heeft een pittige titel, maar sluit aan bij de onderwerpen die wij graag bespreken: gezondheid, goede voeding en verantwoord tuinieren.

De auteur, voormalig fysiotherapeut C.F. van der Horst, deed een, jarenlange zoektocht naar antwoorden op vragen die we allemaal hebben over onze gezondheid. Ofschoon het boek (448 bladzijden) veel onderwerpen aansnijdt, hebben we er voor u een paar uitgelicht die u zullen aanspreken:



- Waarom weten dokters zo weinig van voeding en natuurgeneeswijzen?
- Hoeveel van het medisch handelen is werkelijk wetenschappelijk onderbouwd?
- Hoe herkent u een goede arts?
- Wat is goede voeding (heel actueel met het recente rapport van de Gezondheidsraad)?
- Wat is het verband tussen voeding en de zogenaamde preklinische symptomen (je voelt je niet fit, maar de dokter kan niets vinden)?
- Waarom is de voedingswaarde van ons eten zo achteruit gegaan?
- Hoe komt het dat er steeds meer welvaartsziekten zoals kanker, hart- en vaatziekten, diabetes, obesitas enz. komen en wat kun je er tegen doen?
- Wat gebeurt er met het bodemleven als je kunstmest gebruikt en welke gevolgen heeft dit voor de plant?
- Wat is het verband tussen kunstmest en pesticiden?
- Hoe komt het dat overheidscommissies (zelfs de Gezondheidsraad) soms met adviezen komen die niet deugen?

De onderwerpen in dit boek zijn niet alleen interessant en informatief, maar de antwoorden die u krijgt zijn praktisch toepasbaar.

Desgevraagd liet de auteur weten dat hij het boek geschreven heeft om een “brede, maatschappelijke discussie op gang te brengen over zaken die moeten verbeteren in onze gezondheidszorg, landbouw- en voedingsmiddelenindustrie.” Het is een boek met een missie, voegde hij eraan toe, “om essentiële informatie over gezondheid te verspreiden.”

Informatie die u niet snel via reguliere kanalen verkrijgt. Het prettig leesbare boek is met meer dan 800 referenties uitstekend gedocumenteerd.

Het boek is [hier](#) verkrijgbaar.

Voor meer informatie kunt u kijken op: [www.dodelijkeleugens.nl](http://www.dodelijkeleugens.nl)

€ 34,50 | ISBN: 978-90-90-27908-4 | gebonden, met illustraties en leeslint | 448 pagina's met essentiële informatie over gezond zijn en blijven (tweede druk).

---

## Ingezonden brief van Jannes Koetsier

### SHAKENBABY BELEID SCHIET DOOR!

Beste allen,

Wij zijn tegen kindermishandeling, ook door 'schudden', maar het beleid schiet door. Het shaken-baby-syndroom (sbs = bloeding rond de hersenen soms ook in de ogen en soms met fractuurachtige botafwijkingen) is een veronderstelling die vaak niet klopt. Kinderartsen melden 'schud-verdenking' daardoor vaak te snel aan kinderbescherming en justitie.

Dit gaat zo in veel landen. Medici zijn het niet eens over de sbs-hypothese. Meer info op [www.shakenbaby.nl](http://www.shakenbaby.nl)

Onterechte verdachtmakingen hebben vreselijke gevolgen voor de ouders:

Uithuisplaatsingen van baby en broertje/zusje en strafvervolging.

Gemiddeld eens per maand krijgen wij zo'n melding.

De stichting '[shakenbaby.nl](http://shakenbaby.nl)', opgericht door ouders die slachtoffer waren van onterechte beschuldiging, wil bereiken dat:

1. Kinderartsen de zogenaamd geschudde baby beter onderzoeken en niet overhaast ouders verdenken.
2. Door beter onderzoek er meer preventie komt van andere zeldzame ziekteoorzaken voor de sbs-afwijkingen. Door het huidige beleid gebeurt dat nu nauwelijks.
3. Onterecht verdachte ouders geholpen worden.

Link naar meest recente **Nieuwsbrief** van de stichting:

<http://us9.campaign-archive2.com/?u=20a46d57261f42c026c5d4b9d&id=c63a01029f>

Als u wilt **helpen met verspreiding** dan zijn wij daarvoor zeer dankbaar. U kunt zich via de website ook inschrijven voor de nieuwsbrief.

We zamelen geld in om ons doel te bereiken, onder andere door het maken van een boek en als het financieel kan ook een Zweeds/Nederlandse film.

Belangrijke **sponsor worden van de film?** Het bestuur komt graag langs om daar vorm aan te geven. Weet u iemand/bedrijf?

### **Kosteloos ons financieel helpen?**

Dat kan eenvoudig, zegt het voort.

Door (sint) aankopen op internet via [www.4morgen.org](http://www.4morgen.org) te doen.

Het is heel simpel:

Je maakt je account op die site en selecteert de stichting [shakenbaby.nl](http://shakenbaby.nl) als je goede doel.

Van iedere aankoop bij één van de vele webshops waar je vanaf 4morgen naar toe gaat, krijgen wij dan 3 á 5 % van je aankoopbedrag als donatie.

NB.: Indien je dezelfde aankoop via een vergelijkingssite doet, dan gaat dat percentage naar die vergelijkingssite. Je aankoopprijs is gelijk.

Jammer toch als je ook kosteloos ons kunt helpen met je webshopping. Dus vergelijk waar je wilt maar koop liefst via [4morgen.org](http://4morgen.org) met ons als je goede doel.

Met veel dank voor uw aandacht en mogelijke hulp, namens het bestuur,

Hartegroet,

Jannes Koetsier, arts, voorzitter

---

## **Studiegroepen via Project7-blad...**

### **Er draaien nu enkele studiegroepen via Project7-blad.**

De middagen staan in het teken van kennis delen op vele fronten maar altijd passend bij planten, eetbaar of medicinaal, gezond tuinieren, het maken van natuurlijke verzorgings- of schoonmaakproducten, met elkaar kokkerellen, wandelen langs de eetbare gewassen, het snoeien van fruitbomen en zo zijn er nog veel meer onderwerpen te bedenken.

Van alles is toegestaan binnen deze thema's.

De studiegroepen Nederweert, Oirsbeek en Brunssum staan en komen op de kaart in Limburg. Heel recent is de studiegroep Breda in Noord-Brabant aangemeld.

Nederweert draait al twee jaar, Oirsbeek heeft zaterdag 28 november een middag op de agenda staan en Brunssum start in het nieuwe jaar.

Woerden heeft net eenmaal gedraaid, Alkmaar heeft driemaal gedraaid en Exmorra (bij Makkum) doet ook al twee jaar mee.

En... er mogen meer groepen komen; wat tot nu toe is gepresenteerd is zeer succesvol te noemen.

Het basisbedrag om mee te doen is altijd 10 euro en daarnaast komen er al dan niet een paar euro bij voor de onkostenvergoeding als er ingrediënten of ander materiaal zijn gekocht.

Maar dan gaat het letterlijk om het vergoeden van de onkosten.

Wie gastvrouw of -heer wil zijn kan vrijblijvend de uitleg opvragen; denk niet dat je specifieke kennis moet hebben binnen dit kader.

De kennis komt uit de groep, uit de deelnemers. Er zijn altijd personen die zich al langer bezig houden met dergelijke zaken en zo voeden we elkaar.

Het gaat erom dat er meer locaties komen voor deze groepen, gewoon bij iemand thuis. De gastvrouw of -heer vergoeden we vanuit het basisbedrag waar hij of zij dan wel koffie of thee voor serveert.

Interesse of gewoon nieuwsgierig?

Mail Marja Frederiks. Vrijblijvend krijg je de uitleg die je ook weer naar anderen mag doorzenden.

Wij wachten daarna altijd af. We willen geen druk uitoefenen bij een geïnteresseerde. Soms horen we niets meer, een andere keer na weken of maanden of soms na een jaar. Ditzelfde gebeurt met Gezond Verstand Locaties.

Uitleg studiegroepen : [marja.studiegroepen@project7-blad.nl](mailto:marja.studiegroepen@project7-blad.nl)

Uitleg GVL-locaties : [GVLlocatie@project7-blad.nl](mailto:GVLlocatie@project7-blad.nl)

Hieronder een middag in de aankondiging op de locatie van studiegroep Oirsbeek onder de naam 'Goudsbloem'.

En gezellig dat het daar is 😊

Proefondervindelijk vastgesteld afgelopen 17 oktober toen zij voor het eerst begonnen. De eerste keer kom ik altijd zelf met mijn PowerPoint over de wilde groenten en kruiden. Aan het einde van de middag wordt er een onderwerp voor de keer daarna afgesproken. In Oirsbeek werd dat... zelf zuurkool maken.

Lees hieronder de bijdrage van Lilian.

Anneke

---

## Studiegroep Oirsbeek ontkiemt

**Op het moment dat ik een stukje voor de nieuwsbrief opstel, ligt onze tweede studiemiddag in het verschiet (28 nov. aanstaande).**

We gaan samen zuurkool maken.

Zelf heb ik 'proef gedraaid' bij Velt Zuid-Limburg (Vereniging voor Ecologisch Leven en Tuinieren).

Praktisch zuurkool bereiden, een mooie ervaring in groepsverband.

Als inleiding op onze studiemiddag een PowerPoint met extra info ten aanzien van geschiedenis van de zuurkool, voedingswaarden, proces van bewerking, enz.

Het totaalconcept draagt een waarde van bewustwording van de kracht van oude gebruiken.

En daarmee ontkiemen er ideeën voor de middagen in het nieuwe jaar. Heerlijk bijvoorbeeld om meer te weten en te delen over het proces van bereiden van (medicinale) kruidenthee, kruiden gaan ervaren met al je zintuigen.

Eerst zullen we nader gaan kennis maken met elkaar en gaan inventariseren van ideeën uit de groep.

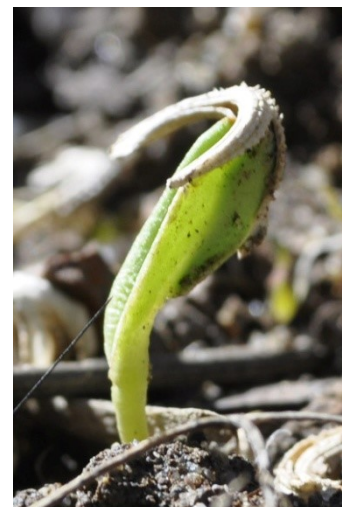
Voel je vrij om kennis te komen maken, iedere keer is weer anders en je kunt per keer je keuze van deelname bepalen.

De eerstvolgende datum zaterdagmiddag 16 januari 2016.

Altijd van harte welkom!

Lilian, Studiegroep Oirsbeek

[www.goudsbloem.eu](http://www.goudsbloem.eu)



Goudsbloem ontkiemt

---

## Sprekersbijdrage van:

### **Fred Neelissen, bio-energetisch tandarts**

#### **Zit de farmacie op een verkeerd spoor?**

Er zijn in de loop van de tijd nogal wat processen tegen de farmacie gevoerd. Meestal op grond van niet verwachte of niet vermelde ernstige bijwerkingen of onwerkzaamheid van de producten. Meestal worden deze gewonnen en betaald de fabrikant zonder protest de gevraagde boete, die vaak in de miljoenen loopt. De geneesmiddelenindustrie zit daar blijkbaar niet mee, dank zij hun enorme winsten. De buffer blijkt groot genoeg.

Eigenlijk gebruiken wij liever de term begeleidingsmiddelen in plaats van geneesmiddelen, omdat chemische pillen uitsluitend symptoombestrijdend werken en niet genezen. Niettemin kan het verdwijnen van een symptoom wel vaak het begin van genezing betekenen. Het lichaam kan zelf, als er een symptoom verdwijnt, het genezingsproces op zich nemen. Dit is het kenmerk van een echte genezing. Naast dit aspect dient ook genoemd te worden, dat elk chemisch middel een bijwerking heeft, wat uiteraard bij de farmacie ook bekend is.

Het vertrouwen in de farmacie is mede daardoor niet groot.

Voorbeelden? In 1957 is het middel Softenon op de markt gekomen, dat ernstig schadelijk bleek voor de ongeboren vrucht: vele kinderen kwamen met ernstige misvormingen ter wereld. Kortere geleden hebben we het schandaal over Vioxx gehad, een als veelbelovend beschouwde ontstekingsremmer tegen reumatoïde artritis. Dit middel bleek echter al snel onwerkzaam en bovendien hartklachten te veroorzaken. Daarnaast zijn er voldoende processen gevoerd om de ernstige tekortkomingen van het onderzoek naar nieuwe middelen aan te tonen.

Ook malversaties kwamen boven water. Een soort Stapel-effect in de gezondheidszorg. Mede als gevolg hiervan zijn in de loop van de tijd vaak onwerkzame of zelfs foute geneesmiddelen uit de handel genomen.

Amalgaam was een bekend vulmiddel in de tandheelkunde. Bezwaren tegen het gebruik ervan zijn al omstreeks het midden van de negentiende eeuw geuit. Dat ging echter niet over een al dan niet goed gevoerd onderzoek, maar over de toxische werking van het zware metaal kwik dat 50% van de samenstelling van het amalgaam uitmaakte. Dit lag dus iets anders, maar de gevolgen waren hetzelfde: de Duitse fabriek Degussa kreeg veel claims over het door hen geproduceerde amalgaam en stopte de productie ervan.

De farmacie maakt veel gebruik van de statistiek. Hiermee wordt de effectiviteit van de te onderzoeken stof bepaald. Dit is een zwaktebod omdat statistiek niet de volledige waarheid weergeeft, maar slechts gedeeltelijk de werkelijkheid benadert.

De resultaten van de onderzoeken worden door een geoliede publiciteitsmachine op de markt gebracht en de consumenten, inclusief de artsen, volgen als onnozele schapen. Miljoenen mensen geloven die reclame en gebruiken het product op grond van een onderzoek dat onvoldoende berust op echte bewijsvoering. Vrijwel iedereen maakt een kniebuiging voor de macht van dit oorspronkelijk door Rockefeller geïnitieerde mechanisme.

Naast de farmaceutische aanpak, de behandeling van patienten met chemische stoffen, ontwikkelt zich de laatste jaren een vorm van therapie, namelijk het energetisch denken die in staat lijkt om de traditionele benadering grotendeels te vervangen of tenminste additionele potentie te hebben. Dat dit niet zonder slag of stoot gaat, is duidelijk. De klassieke homeopathie, hoewel niet van de laatste jaren, maar al sinds het begin van de negentiende eeuw, is een mooi voorbeeld van energetische therapie. De energetische werking van deze methode wordt steeds duidelijker. Het mooie onderzoek hierover van de Fransman Jacques Benveniste in 1988, werd door een Engelse goochelaar, Randi geheten, op onwaardige wijze bestreden en diens visie werd in een grote publiciteitscampagne vorm gegeven. Benveniste stierf kort daarop. Het gevecht is hard. Overigens zijn de resultaten van zijn onderzoek inmiddels al door diverse befaamde wetenschappers weer in ere hersteld.

Het wordt tijd dat de farmacie de hand in eigen boezem steekt. We moeten nog meer gaan beseffen dat naast de stof ook de geest een functie heeft in het menselijk lichaam. Diverse vormen van esoterie worden nu veel beoefend: meditatie, Yoga en andere oosters aandoende methodieken blijken heel populair en zijn een antwoord of een aanvulling op de traditionele chemische benadering van ziekten. Vele energetische methoden zijn al volledig geïntegreerd in de huidige maatschappij en volgens diverse onderzoeken zijn ze zeker effectief.

Hoe komt het toch dat we om ons heen alle gevolgen van de bijwerkingen van de chemie zo duidelijk zien en er talloze mensen aan overlijden, daar waar één enkel geval (bijvoorbeeld Sylvia Millecam) geregeld als afschrikwekkend voorbeeld opgevoerd en als gevolg daarvan vooral via de media opgeklopt wordt? De rol van de media is hier uiterst dubieus.



### **Zelfmedicatie**

Een gevolg van de afhankelijkheid van de farmaceutische macht is de weerstand die daartegen gaat ontstaan. De farmacie probeert nu claims te voorkomen door medicijnen langdurig en grondig te testen, waardoor het onderzoek naar een nieuw middel kan vele jaren in beslag kan nemen. Patiënten moeten daarop wachten. Zij vrezen dat deze wachttijd levens kan gaan kosten en willen de pillen eerder gaan gebruiken of gaan zelf experimenteren met hun medicatie buiten de dokter om. Op dit moment kan dit formeel niet. Voor de artsen is er voorschrijfplicht en ook fabrieken zijn terughoudend.

In de huidige Ebola-epidemie zou dit probleem niet hoeven te bestaan als de fabrieken niet aangesproken zouden worden op onvoldoende onderzoek. Werkers in het veld hebben veel behoefte aan vaccins in wording, maar krijgen geen kans. Een schrijnend voorbeeld hoe het ontbreken van zelfmedicatie veel levens kan kosten. Een gevolg zou wel zijn dat de farmacie een groot deel van haar macht ontnomen wordt. Deze zelfmedicatiegedachte is ontwikkeld door de Amerikaanse filosofe Jessica Flanigan.

Zij doceert ethiek, gezondheidsrecht en leiderschap aan de universiteit van Richmond. Zij promoveerde op het onderwerp "Wijsgerig onderzoek naar zelfmedicatie" en werkt op dit moment aan "Liberal Medicine", een publieksversie van haar werk. Vaak valt in haar werk de term medisch paternalisme. Hiermee bedoelt zij dat er nog een te grote macht van de arts bestaat en dat uiteindelijk de verantwoordelijkheid meer bij de patiënt zelf behoort te liggen. Als deze dit niet aan kan, moet er advies gevraagd kunnen worden.

Dat kan natuurlijk mensenlevens kosten, maar de beslissing komt op een ander niveau te liggen. De intuïtie van de mens kan dermate sterk zijn dat hij of zij aanvoelt dat het gebruiken van een "dubieus" middel voor hem of haar toch therapeutisch kan werken. Uiteindelijk kan de mens zelf in sommige gevallen misschien beter bepalen of een pil geschikt is voor hem dan de arts. Het unieke karakter van een mens is dan geen garantie voor de juiste beslissing maar vaak wel beter dan de Evidence-Based Medicine (EBM) waardoor de mens zijn vrije wil wordt beperkt. De EBM stuit dan ook steeds meer op weerstand.

### **Energetische benadering van de geneeskunst**

Hierboven werd deze werkwijze al in het kort genoemd. Naar deze energetische denk- en werkwijze zijn al een paar onderzoeken gedaan die op zijn minst in de farmaceutische wereld opschudding zouden moeten veroorzaken. Niets van dat alles. De uitkomsten van die onderzoeken zitten voorlopig nog in de doofpot.

Eén van die onderzoeken heeft betrekking op het mogelijke misbruik van de statistiek. Gebleken is dat het gebrek aan objectiviteit van de onderzoeker (en niemand is voor de volle honderd procent objectief) de resultaten van het statistische onderzoek onbetrouwbaar kan maken. De bevooroordeelde mening die een onderzoeker heeft, kan het onderzoek en dus de statistiek beïnvloeden. Zuivere objectiviteit bestaat niet, maar wel dicteren de statistieken, die dus in principe niet deugen, het slijkgedrag van miljoenen mensen. Toch wel iets om over na te denken.

De Amerikaan John Ioannidis (hoogleraar Stanford University, Californië) zegt dat 85% van het medisch onderzoek verspilde moeite is (Dagblad Trouw, 13 sept. 2014). Ioannides is een vriendelijke, optimistische man met een constante glimlach om zijn mond. Hij is een vurig voorstander van wetenschap. Maar deze wetenschap is geworden tot een spel met spelregels. Misschien is het op grond daarvan noodzakelijk het woord wetenschap opnieuw te definiëren. Statistieken spelen in dit spel een grote rol en leiden vaak tot onnauwkeurigheden en ik wil hier niet het woord malversatie noemen, maar door de druk van de farmachemie kan de neiging hiertoe wel zeer groot worden. De hoogte van de lat van wetenschappelijke integriteit raakt hier in het geding. We hebben het gezien bij de affaire-Stapel.

Ioannides haalt het onderzoek aan naar de werking van magnesium bij het hartinfarct. Aanvankelijk bleek dat bij een twaalftal studies die goed van opzet waren de sterfte als gevolg van een hartinfarct met 50% daalde. Door de twijfel die hierover ontstond, werd tot een grotere trial besloten. Wat bleek: 25% minder sterfte. Daarna nog een grotere trial. Uitkomst: geen heilzaam effect. Ja, zelfs leek het magnesium schadelijk te zijn.

Wat zit hier achter? Een slechte opzet van het onderzoek? Te kleine trials? Nee, het aanvankelijke grote enthousiasme beïnvloedde de uitalg van het onderzoek. Men wilde graag. Toen twijfel aan de basis van het volgende onderzoek ontstond, daalde het percentage. En die twijfel werd steeds groter.

Ioannides noemt één keer de drang om een theorie te bevestigen, wat inderdaad een reëel gevaar is bij het gebruik van statistiek.

Kent u nog het proefje waarbij iemand voor een soort flipperkast gaat zitten waar balletjes via spijkers naar beneden vallen? Er ontstaat dan een Gauss-curve. (An den Rändern des Realen, Jahn en Dunne. M-tec Verlag). Deze curve is te beïnvloeden als de gedachten van de proefpersoon dwingend in de richting rechts of links gaan. De plaats van de curve verandert hierdoor. De curve gaat inderdaad naar rechts of links. Een bewijs voor het bestaan van gedachtenkracht. Ook dit speelt bij statistiek een rol. Niemand kan objectief de proeven begeleiden.

Betekent dit dat we de grote hoeveelheid artikelen, die met percentages binnen de statistieken werken, niet meer moeten geloven? Binnen de complementaire geneeskunde is er nauwelijks sprake van bijwerkingen. Dus als we hier op de artikelen vertrouwen, dan lopen we weinig risico als iets niet zou werken, maar geloof in het onderzoek is wel belangrijk. In de reguliere geneeskunde blijft het verstandig om eerst naar de symptoombestrijdende aanpak te grijpen. In een acute fase zou iets kunnen ontaarden. Bij chronische klachten is een energetische aanpak de beste keus om het risico van hinderlijke of zelfs ernstige bijwerkingen zoveel mogelijk te voorkomen.

Daarnaast is er een betrouwbaar middel om vast te stellen of medicamenten werken.

Dat vraagt dan om een energetische weg en die kunnen we vinden binnen de elektro-  
acupunctuur of kinesiologie.

Bij de patiënt zelf wordt hierbij gemeten of een middel werkt of niet.

Dan is de cirkel vaak rond.

Fred Neelissen, bio-energetisch tandarts

[www.secondopiniontandarts.org](http://www.secondopiniontandarts.org)

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

## 28 NOVEMBER 2015

- **De relatie tussen PIRAMIDES, PARAMAGNETISME en LANDBOUW**
- **BLIND VERTROUWEN of bewust kiezen met GLAUCCOOM. WAT KIES JIJ?**
- **INVULLING DOOR DE GVL-ORGANISATOREN SCHOTEN**

**Sprekers zijn:**

- **Marc Daelemans**
- **Petra Elberse**
- **Organisatoren GVL SCHOTEN**

**Locatie** Kasteel van Schoten  
**Adres** Kasteeldreef 61  
2900 SCHOTEN (België)  
**Aanvang** **12.00 uur, welkom vanaf 11.30 uur**  
Einde programma: ongeveer 17.30 uur  
**Entree** € 10,00 (inclusief een versnapering)  
**Aanmelden** [nick@rechtopgezondheid.info](mailto:nick@rechtopgezondheid.info) of  
[annabelle1946@hotmail.fr](mailto:annabelle1946@hotmail.fr)

**GEZOND  
VERSTAND  
LEZINGEN**

[www.project7-blad.nl](http://www.project7-blad.nl)

## Colofon:

Redactie: Ellen Pet / Wim Pet

Teksten : Ellen Pet/Wim Pet, Anneke Bleeker, Annette Ochse, Lianne van den Dungen/Liselotte Stevens, C.F. van der Horst, Jannes Koetsier, Lilian Studiegroep Oirsbeek, Fred Neelissen.

Foto's : Wim en Ellen Pet, Lianne van den Dungen, Liselotte Stevens, Succesboeken, Studiegroep Oirsbeek/www.goudsbloem.eu.

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

Mail naar: [Ellen@project7-blad.nl](mailto:Ellen@project7-blad.nl)

Interesse in starten GVL-locatie:  
(Josee van Dooren)

Mail naar: [GVLlocatie@project7-blad.nl](mailto:GVLlocatie@project7-blad.nl)

Interesse in spreken voor GVL-locaties:  
(Frits van der Blom)

Mail naar: [GVLspreker@project-7blad.nl](mailto:GVLspreker@project-7blad.nl)  
(tijdelijk)

Aan-/afmelden voor deze Nieuwsbrief  
(Barbera Smit)

Mail naar: [NieuwsbriefGVL@project7-blad.nl](mailto:NieuwsbriefGVL@project7-blad.nl)

Starten Studiegroep Project 7-blad  
(Marja Frederiks)

Mail naar: [Marja.studiegroepen@project7-blad.nl](mailto:Marja.studiegroepen@project7-blad.nl)

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

Mail naar: [marja.nieuwsbrief@project7-blad.nl](mailto:marja.nieuwsbrief@project7-blad.nl)