

Gezond Verstand Lezingen

Eerste jaargang, nummer 7
Januari 2016

Inhoud:

Pagina	1	: Kopfoto en inhoudsopgave
Pagina	2	: Van de redactie
Pagina	2	: Winter, het voorjaar kriebelt... - Anneke Bleeker
Pagina	5	: Locaties Echt en Susteren – Gerdie Konings
Pagina	7	: Vaccinatie via neusspray – Ellen Vader
Pagina	9	: Kwekersrecht moet patent op voedingsgewassen voorkomen – Bertus Buizer
Pagina	11	: Heel – gedicht van Wilbrord Braakman
Pagina	11	: Pietjes en (eetbare) gewassen in Frankrijk – Anneke Bleeker
Pagina	12	: Locatiebericht Alkmaar en Haarlem – Annette Ochse
Pagina	13	: Posters eerstkomende lezingen Alkmaar en Haarlem
Pagina	14	: Eten wat de pot schaft in Emorra... – Anneke Bleeker
Pagina	16	: Colofon

Woord van de redactie

Uiteraard openen wij deze nieuwsbrief met u een fijn, voorspoedig en gezond 2016 te wensen.

De winter laat nog steeds op zich wachten. Dat weerhoudt ons natuurlijk niet om weer een nieuwe nieuwsbrief te zenden.

In deze nieuwsbrief weer voldoende 'voer'. Uiteraard met een woordje van Anneke, die het voorjaar al voelt kriebelen, speciaal aandacht voor Gerdie Konings, locatiehoudster van de locaties Echt en Susteren, wederom aandacht voor vaccinaties, van onze inmiddels 'trouwe' medewerkster Ellen Vader. Het blijft druk op vaccinatiegebied en aandacht voor een 'ander' geluid op dit gebied is broodnodig.

Locatiehouder Peter Schenkels leverde een stuk in van Bertus Buizer over patenten op voedingsgewassen. Wilbrord Braakman leverde weer een gedicht in, Ellen Vader is ook met andere zaken actief, zie verderop in deze nieuwsbrief en locatie Haarlem en Alkmaar besteden nog even speciaal aandacht aan de lezing van Ronald Bernard. Kortom, weer genoeg te lezen.

Agenda lezingen:

Lezingen januari 2016 : <http://www.project7-blad.nl/page25.html>

Lezingen februari 2016: <http://www.project7-blad.nl/page26.html>

Lezingen maart 2016 : <http://www.project7-blad.nl/page36.html>

Winter, maar het voorjaar kriebelt...

Het is winter volgens de kalender, maar als we naar bepaalde tekenen in de natuur kijken dan voel je het voorjaar ook al weer naderen.

De knoppen van bomen zijn alweer wat gegroeid, als ik naar onze leibomen kijk dan zie je duidelijk verschil bij een paar weken geleden.

Het nieuwe jaar is net van start, wat ook oproept dat we plannen maken.

Overigens, zo aan het begin van 2016 wensen we namens allen die zich achter de schermen bezighouden met de Gezond Verstand Lezingen, de studiegroepen en andere initiatieven, een waardevol, inspirerend en harmonieus jaar toe, waar je met plezier op terug kunt kijken als het weer voorbij is.

We kunnen nog genoeg kou krijgen, het kan een witte wereld worden, alles is mogelijk maar toch...

Er kriebelt van alles en dat is voelbaar.

We krijgen mailtjes van personen die vertellen welke lezingen zij kunnen geven, we krijgen af en toe de vraag om de uitleg te zenden over hoe je een Gezond Verstand Lezingen-locatie kunt starten.

Deze informatie sturen wij graag, geheel vrijblijvend.

In het noorden komt wellicht in het voorjaar een locatie, wijzelf starten op 5 februari in Ried bij Franeker met een nieuwe locatie en de belangstelling voor de studiegroepen groeit ook gestaag.

Zondagmiddag 3 januari beet studiegroep Alkmaar het spits af in het nieuwe jaar. Duidelijk was dat deze middagen waardevol en inspirerend zijn. We delen kennis met elkaar, kokkerellen lekkere gerechten, luisteren naar een lezing door diverse personen onder ons gegeven, elke keer maken we het programma rond voor de keer daarna.

Deze zondagmiddag hebben we ook diverse onderwerpen benoemd die de komende maanden de revue kunnen passeren. En naast deze mogelijkheden zijn we van start gegaan met een derde activiteit namelijk: 'Eten wat de pot schaft'.



In deze nieuwsbrief aandacht aan Exmorra waar we op 17 januari starten bij Centrum Wilgenhoeve, maar als je de nieuwsbrief van Project7-blad leest (een andere versie dan deze voor de Gezond Verstand Lezingen) dan kun je ook waarnemen dat Ida de Vries en Romke Wijma in Siegerswoude op 12 februari van start gaan met dit nieuwe 'evenement'. Onderaan dit voorwoord plaatsen we de link naar die nieuwsbrief en wie deze elke maand wil ontvangen kan ons mailen.

Deze nieuwsbrief is geheel gericht op de studiegroepen, Eten wat de pot schaf, recepten met gezonde ingrediënten, wilde groenten en kruiden en andere wetenswaardigheden passend bij Project7-blad.

In onze beleving is het zelfs urgent om dergelijke kennis te delen, met name over de wilde groenten en kruiden, over het maken van natuurlijke producten, om te allen tijde jezelf te kunnen redden, alleen, met je gezin of andere dierbaren.

We kunnen net doen alsof er niets aan de hand is, maar men houdt de banken kunstmatig overeind, men vult het ene gat met het andere, de ene leugen is nog groter dan de andere, er zijn steeds meer personen die zich opstellen als Klokkenluider omdat zij het niet kunnen verkroppen hoe er gesjoemeld en bedrogen wordt.

Steeds meer grote bedrijven vallen door de mand, het ene na het andere bedrijf gaat failliet. Ik ben van nature een optimist die overal en altijd wel weer een opening ziet, een kans grijpt en later kan zeggen of het slim was of niet, maar... we blijven in beweging, zoekend naar oplossingen en daar zijn de studiegroepen die tot heden draaien uit voortgekomen.

Er moet massaal kennis gedeeld worden en niet vanachter je toetsenbord maar in de praktijk.

Dat gebeurt ook bij de Gezond Verstand Lezingen; deze locaties en de studiegroepen vullen elkaar perfect aan, een lezing om naar te luisteren en de praktijk om onderling kennis te delen.

Zondag 3 januari frituurden we in Alkmaar chips en patat.

Is dat nu zo bijzonder kun je wellicht denken?

Als je het zo leest niet maar als je weet dat alles volgens oud recept bereid werd en we absoluut geen verkeerde vetten en E-nummers en ander gif gebruikten, dan gaat het misschien al een beetje opvallen.

Als je dan ook nog te horen krijgt dat alles samen is bereid, de gesprekken automatisch over deze onderwerpen gaan, je elkaar inspireert en de weg kunt wijzen naar mooie producten in de eigen omgeving, er een behoefte blijkt te zijn hele leuke simpele gerechten te maken, is zo'n middag zo voorbij. We sluiten de middag al standaard af met een kop soep.

Deze middag was anders dan anders en niemand hoefde meer te eten bij thuiskomst, maar ik kijk terug op een heerlijke middag met waardevolle contacten en momenten.



Dit soort groepen moet overal draaien want gezien wat er wereldwijd gaande is kan het nog weleens heel belangrijk worden dat je lokaal op een bepaald moment deze informatie met de inwoners in je eigen omgeving deelt.

Want alles is ingericht op digitaal, op beeldschermen, op scoren en druk, druk bezig zijn, vooral geen tijd hebben eens rustig te bedenken wat je nu *echt* wilt.

Dit gaat heel veel mensen opbreken als alles echt gaat veranderen want velen weten nog geen paardenbloem van een madeliefje te onderscheiden om dit nu eens heel rigoureuus neer te zetten.

Maar het is echt niet verzonnen als ik vertel dat ik regelmatig te horen krijg dat men geen bladeren durft te plukken van dergelijke bekende wilde groenten en kruiden.

In mijn beleving is dit te triest voor woorden, zeker als we zien hoe bizar de maatschappij in elkaar steekt en de meesten in een mallemol voortjagen.

Als er dan echt andere tijden aanbreken dan groeit de groente naast hun stoepje maar ze bijten op een houtje.

Om ons steentje bij te dragen doen wij ons best heel veel studiegroepen van de grond te tillen zodat de deelnemers van de groepen anderen kunnen informeren als er tijden aanbreken dat dit urgent gaat worden.

Overal wonen mensen met oude kennis, dit moet gedeeld worden en snel ook.

Dus: lezingen, nog meer Gezond Verstand lezingen locaties zijn welkom.

Studiegroepen, mail ons en vraag geheel vrijblijvend de uitleg hoe jij gastvrouw of -heer kunt worden. Je hoeft 0 kennis te hebben over deze natuurlijke informatie. Wat we nodig hebben zijn gastvrije locaties en samen met hen die komen ontstaat er wat moois.

Wij begeleiden dit en zullen allen inspireren want we draaien al twee jaar met twee groepen en we zijn daar nog lang niet uitgedeeld.

Om het gezellig te maken is 'Eten wat de pot schaft' in het leven geroepen.

Daar maak je kennis mee via de nieuwsbrief van Project7-blad en in deze nieuwsbrief bij het stuk over Exmorra.

Over Exmorra gesproken: daar gaan we ook eerdaags een lezing plannen in combinatie met kleine hapjes eten.

Als je dan naar huis gaat heb je gegeten en informatie gekregen.

Hierover volgt eerdaags meer, we maken er een combinatie van want ons doel is: de praktijk delen en dat kunnen we niet vanachter een beeldscherm, of we moeten overal filmpjes van maken, laten zien hoe we friet bakken op de gezonde manier, hoe we een smearwortelzalf maken, maar inmiddels is bewezen dat iets 'live' aanschouwen en zelf meedoen beter bekiijft en stel dat... stel dat er een moment komt dat we geen internet kunnen gebruiken. Wat moeten we dan met die ouderwetse kennis op moderne filmpjes waar we niet bij kunnen komen?



Regeren is vooruitzien, dat is wat we met een aantal doen bij Project7-blad.

Welkom om de uitleg te vragen om een GVL-locatie te beginnen.

Welkom om de uitleg te vragen om een studiegroep bij je thuis te ontvangen.

Welkom om mee te doen met 'Eten wat de pot schaft'; ook daar geven we vrijblijvend informatie over.

De Romeinen hebben aan het begin van onze jaartelling het zevenblad over Europa verspreid met als doel dat de soldaten altijd voedsel konden vinden.

Dank jullie wel Romeinen, wij plukken daar nu de vruchten van, alleen weten nog te weinig mensen dit en kun je in tuincentra gif kopen om deze fantastische gezonde groente te verdelgen.

Zijn ze nu helemaal van Lotje getikt?

Veel plezier met deze nieuwsbrief en onderstaande link van de laatste van Project7-blad.

Anneke
Gaasterland
4 januari 2016

Link naar nieuwsbrief nummer 7 januari 2016:

<http://www.project7-blad.nl/2016-01-NIEUWSBRIEF-JANUARI.pdf>

Gerdie Konings – locatiehoudster Echt en Susteren

Mijn naam is Gerdie Konings. Ik ben sinds een jaar of twee locatiehoudster van Echt en Susteren, gelegen in het mooie Limburg.

Tot nu toe heb ik nog wat keren gewisseld van locatie. Dit i.v.m. de koude. De locaties hadden vaak geen verwarming waardoor mensen en vaak ook de sprekers het koud hadden. Dit is natuurlijk niet fijn. De locatie in Susteren is een tuiniersbedrijf. Hier is het ook koud omdat er in de loods nog geen verwarming aanwezig is. We hebben geprobeerd dit met een kachel op te lossen maar de loods is te groot om het echt warm te krijgen.

Komend jaar komt er in ieder geval verwarming. Binnen dit tuiniersbedrijf gaan we biologische groenten kweken en verkopen. Tevens ga ik hier ook koken en ook van hieruit gaan we wandelingen organiseren en daarna gezellig samen eten. Dit alles onder de naam van de GVL (Gezond Verstand Lezingen). De eigenaar is ook erg geïnteresseerd in de GVL en vindt het erg fijn dat de lezingen bij hem gaan plaatsvinden. Zo gauw deze locatie verwarming heeft, ga ik hier ook weer lezingen organiseren.

In november van dit jaar kwam ik Joop Hendriks tegen. Hij is fotograaf. Hij heeft een heel mooi pand gekocht/gehuurd. Dit is niet alleen een fotostudio maar tevens ook een koffie-/theehuis waar men ook gebak kan eten. Het is de bedoeling dat er in Echt eindelijk eens actie gaat komen, zo zei hij. Hij gaat er heel wat activiteiten organiseren waaronder ook onze GVL (Gezond Verstand Lezingen). Bovendien heeft hij een mooie keuken op de bovenverdieping. Hier ga ik in de toekomst koken voor mensen die graag gezonder willen eten. Het is de bedoeling dat we dan gezellig samenkomen en informatie gaan delen. Wellicht gaan we van tevoren (bij goed weer) naar het bos om een mooie wandeling te maken en tot ons zelf te komen. Kortom ik ga in 2016 heel wat activiteiten organiseren. Heb ik je interesse gewekt, houd dan de agenda van het project7-blad in de gaten.



Anneke vond het een goed idee om voor mensen te gaan koken en gaat ditzelfde initiatief in het Noorden van Nederland starten. Erg fijn dat zij zo enthousiast is over dit idee. Koken en

bakken zijn mijn grote passie en dit doe ik dan ook met veel liefde.

Het gezellig samenzijn en het samen informatie delen vind ik erg belangrijk.

Ik ben heel erg blij dat ik Anneke en Frank heb leren kennen. Ik heb veel van hun geleerd en ik ben enorm gegroeid. Dankzij hun sta ik nu voor mensen om lezingen te geven over voeding en natuurlijke antibiotica. Dankzij de voormalige GVA die nu GVL is geworden, help ik mensen op het gebied van gezonder gebak maken.

Daarnaast geef ik ook workshops emotionele blokkades oplossen. Wil je weten wat ik nog meer doe kijk dan op mijn website: www.degoudentoeekomst.nl

Ik ben ervan overtuigd dat ik een gouden toekomst tegemoet ga. Vandaar de naam DE GOUDEN TOEKOMST.

Ik wens iedereen een GELUKKIG EN GEZOND 2016.

Ik hoop in 2016 veel mensen te mogen begroeten binnen mijn nieuwe locatie te Echt.

Een liefdevolle groet, Gerdie Konings

13 JANUARI 2016

**Pluk je eigen
laaghangend fruit!**

Hoe keuzestress je dichter bij jezelf brengt
Andy van de Poel

Veel mensen ervaren kiezen als een opgave, als een inperking van vrijheid. Kies je het een dan moet je het ander laten vallen. Dit heeft te maken met een misverstand dat begint bij hoe je erin staat en van waaruit je kiest. Vaak verwarren we wat we denken nodig te hebben met wat we nodig hebben. Of kiezen niet vanuit onszelf maar vanuit iets buiten onszelf. In contact komen met jezelf kan daar vlot een begin van verandering in betekenen. Ontdek zelfbewustzijn op een speelse en fascinerende manier. En laat je verrassen door inzicht om keuzestress te transformeren in werkelijke keuzevrijheid.

Locatie Gerdie Konings
Joop Hendriks fotografie te Echt
Adres Bovenste straat 1
6101 EG Echt

Aanvang 20.00 uur welkom vanaf 19.30 uur

Entree € 10,00

Aanmelden Gerdie@degoudentoeekomst.nl ☎ 0475-481919

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

Programma voor komend jaar wat betreft de GVL-lezingen, Bovenste Straat 1 te Echt:

13 januari

Pluk je eigen laaghangend fruit. Hoe keuze stress je dichterbij jezelf brengt.

Spreker: Andy van de Poel

17 februari

Voeding voor je darmflora

Spreekster: Lisette Timmermans

9 maart

Health and Happiness

Spreker: John Breukels

13 april

Gezond leven in deze moderne tijd

Spreker: Juglen Zwaan

11 mei

IJzersterke patiënten rechten. Het bepalen van grenzen bij de behandeling in de gezondheidszorg.

Spreker: Chris Bartelds

8 juni

Je relaties zijn van levensbelang. Verbeteren van je relaties zijn een belangrijke opmars naar o.a. een betere gezondheid.

Spreekster: Marina Schriek

14 september

Mindfull skincare

Spreekster: Daniëlle Ooteman

De lezingen starten altijd om 20.00 uur en u bent vanaf 19.30 uur welkom.

U kunt zich aanmelden via gerdie@degoudentoeekomst.nl of telefonisch 0475-481919

Vaccinatie via neusspray

De redactie liep onlangs tegen een nieuw fenomeen aan. Vaccinatie via neusspray, in dit geval vaccinatie tegen de griep. Uiteraard vroeg de redactie opnieuw aan Ellen Vader, mede-moderator van <https://www.facebook.com/groups/vaccinvrij/> om een reactie.

DE grote farma-vraag:

Hoe vinden we een nieuwe doelgroep?

De animo voor de jaarlijkse griepvaccinatie loopt hard hollend achteruit en de farmaceutische industrie maakt zich grote zorgen over de (wereldwijde) inkomstenderving. Maar ze hebben er het volgende op gevonden... een nieuwe doelgroep aangeboord bij onze zuiderburen in België: kinderen van 2 tot 18 jaar! De fabrikant heeft intussen voor hetzelfde vaccin (neusspray) ook een vergunning voor Nederland klaarliggen, dus een kwestie van tijd...



Waarom een neusspray? De Vlaamse 'griepcommissaris', prof. dr. Marc Van Ranst, is alvast laaiend enthousiast: *'veel minder pijnlijk voor kinderen dan een spuit, en veel makkelijker toe te dienen'* (natuurlijk ondersteund door de nodige promo-aandacht in de media) ...

Wat zit hierachter? Wat is de samenstelling van dit vaccin? Wat zijn de bijwerkingen? Informatie op een rijtje (online beschikbaar voor iedereen, maar nauwelijks bekend):

Augustus 2015 in het Belgische nieuws: 'Binnenkort kunnen kinderen tussen 2 en 18 jaar het griepvaccin via hun neus krijgen, met een soort neusspray. Een prik is dan niet meer nodig. In de VS en in Groot-Brittannië hebben ze dat zogenaamd neusvaccin al jaren, maar nu brengen de farma-producenten het ook in ons land uit. Het vaccin is alleen voor kinderen, nog niet (?) voor volwassenen'.

December 2015 in het nieuws: 'Het griepseizoen staat voor de deur, en dat wil zeggen dat talloze kinderen weer ziek in bed zullen liggen. De Wereldgezondheidsorganisatie raadt dan ook aan kinderen preventief te vaccineren. En dat kan in ons land sinds kort ook via een neusspray'.

Marktpotentieel alleen al in België: ruim 2 miljoen kinderen tot 18 jaar... Prijs vaccin? Bepaald geen peanuts: 35,64 euro (volgens bijsluiter: 2 doses binnen één maand vereist en niet terugbetaald).

Samenvatting informatie bijsluiter (Fluenz Tetra®):

- Besmettelijkheid: 'Er is met het levend vaccin een theoretisch risico van overdracht van het vaccinvirus; daarom wordt aanbevolen om na vaccinatie gedurende 1 à 2 weken nauw contact met personen met ernstige immunodepressie te vermijden'
- Het *Assessment report EMA - Fluenz Tetra* vermeldt dat er ook met dit vaccin rekening moet worden gehouden met het risico op narcolepsie (slaapstoornis), zoals bij nader inzien ook het geval bleek te zijn met het H1N1 vaccin (Mexicaanse griep).
- Gekweekt m.b.v. VERO-cellen (apen nieren), geproduceerd via *reverse genetics-technologie*.
- Dit product bevat genetisch gemodificeerde organismen (GMO's)
- **Fluorescent Focus Units** (wat is hier in hemelsnaam de bedoeling van???)
- Inhoudsstoffen: Sucrose - Dibasisch kaliumfosfaat - Monobasisch kaliumfosfaat - Gelatine (varkens, type A) - Arginine hydrochloride - Mononatriumglutamaat monohydraat (E-621)

Voornaamste bijwerkingen volgens de bijsluiter:

- Verminderde eetlust: zeer vaak
- Hoofdpijn: zeer vaak
- Neusverstopping/rinitis: zeer vaak
- Malaise: zeer vaak

Fluenz Tetra mag niet worden gebruikt bij baby's en peuters jonger dan 24 maanden vanwege veiligheidsbezwaren in verband met een verhoogd aantal ziekenhuisopnamen en een piepende ademhaling bij deze populatie (maar dus geen probleem vanaf 24,5 maanden?).

- Gedurende 4 weken na vaccinatie dienen geen salicylaten (aspirine) bij kinderen en adolescenten te worden gebruikt, omdat na het gebruik van salicylaten tijdens een wildtype influenza-infectie het syndroom van Reye is gemeld ('*hoewel dit syndroom zelden voorkomt, kan het ernstige gevolgen hebben en zelfs tot de dood leiden*').

En last but not least hebben wetenschappers aan het Erasmus Medisch Centrum in Rotterdam in 2011 ontdekt dat het T-celgehalte (witte bloedlichaampjes) veel hoger is bij kinderen die de jaarlijkse griepvaccinatie NIET hebben gekregen. Zij vrezen dat deze standaardinoculatie met het griepvaccin een generatie van kinderen creëert die alleen maar vatbaarder is voor steeds virulentere griepuitbraken en -pandemieën.

Zouden ouders door de verantwoordelijke(!) arts op de hoogte worden gebracht van deze, voor hen toch zo belangrijke, informatie en waarschuwingen? Ben bang van niet...

© Ellen Vader

Bronvermeldingen op verzoek beschikbaar: annabelle1946@hotmail.fr

Meer informatie over vaccineren: <http://www.vaccinvrij.nl/>

Voor actueel nieuws, discussies, vragen, documenten:

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

Kwekersrecht moet patent op voedingsgewassen voorkomen

Locatiehouder Peter Schenkels leverde deze bijdrage in over het belang van kwekersrecht en het gevaar van patenten op voedingsgewassen.

www.duurzaamnieuws.nl / 22 december 2015

Het is veelzeggend dat het belang van het kwekersrecht dat voor de hele Europese Unie geldt de politieke partijkleuren overstijgt, althans in Nederland. Het geeft daarmee aan, hoe belangrijk het kwekersrecht is voor de Nederlandse agrarische veredelingssector.

Het kwekersrecht, en dan met name de kwekersvrijstelling, is in gevaar. Patenten op plantegenschappen en zelfs gewassoorten, zoals die van radijs, broccoli en tomaat, vormen



een ernstige belemmering voor veredelaars om nieuwe rassen te kweken op straffe van hoge boetes.

Het Europees Octrooibureau heeft momenteel geen wettelijke bevoegdheid om dit tegen te gaan. Sterker nog, zij moeten het laten gaan.

Patenten geven met name multinationals grote macht en slagkracht om innovaties van kleinere veredelingsbedrijven de kop in te drukken. Gevolg is een verdere verschraling van het aantal nieuwe plantenrassen en bulkproductie.

Wereldwijd is juist behoefte aan robuuste regio-specifieke rassen. De invloeden van de klimaatverandering versterken die behoefte in toenemende mate. Veranderingen in watervoorziening, temperaturen, bodemgesteldheid, consumentenvoorkeuren en afzetmogelijkheden vragen internationaal om maatwerk bij het aanbod van nieuwe rassen. Voor de Nederlandse kweek- en veredelingsbedrijven liggen hier grote uitdagingen en kansen. Daarom is het ook erg goed dat het onze Europarlementariërs Bas Belder en Jan Huitema is gelukt om het kwekersrecht weer op de agenda van de landbouwcommissie van het Europees Parlement te krijgen. Op 17 december 2015 heeft Europees Parlement de Europese Commissie opgeroepen tot herstel van het kwekersrecht en om het patenteren van planteneigenschappen niet toe te staan. Er is dus weer hoop voor een grote agrobiodiversiteit.

Ook staatssecretaris Martijn van Dam (PvdA) van het Ministerie van Economische zaken streeft naar een grote agrobiodiversiteit en wil - zo blijkt uit [zijn brief van 30 november aan de Tweede Kamer](#) - samen met de huidige EU-voorzitter Luxemburg proberen het onderwerp 'kwekersrecht en octrooirecht' op de agenda krijgen van de Europese Raad voor Concurrentievermogen. Van Dam: "Goede toegang tot plantaardige diversiteit is van groot belang voor innovatie, duurzame landbouw, voedselzekerheid en tegengaan van klimaatverandering."

Belangrijk is dus dat grote en kleine kweekbedrijven internationaal sneller kunnen inspelen op de veranderende vraag op regionale markten. Nederland heeft op dit specialistisch terrein veel kennis en ervaring in huis en heeft daar internationaal een grote naam mee opgebouwd. Die moeten wij verder uitbouwen. De wereld wacht en Nederland heeft het nodig. Ook veel Nederlandse akker- en tuinbouwbedrijven biedt dit grote perspectieven, namelijk voor (stam-)selectie en vermeerdering. Dit is andere koek dan het produceren en exporteren van bulkproducten waar boeren en bodem niet rijk van worden. In dit opzicht is er in Nederland een omslag nodig in de landbouw.

Zie ook: [hoofdstuk 2.2, pag. 18, 'Octrooiregelgeving in EU belemmert de ontwikkeling van nieuwe rassen'](#)

Bertus Buizer

Link naar originele artikel:

<http://www.duurzaamnieuws.nl/kwekersrecht-moet-patent-op-voedingsgewassen-voorkomen/>

Gedicht van Wilbrord Braakman

Heel

*Uit specifieke botsingen ontstaat mooi licht.
Een ontstoken lucifer geeft dit schitterend aan.
Maar waar de geest voor groot vuurwerk zwicht
verminkt er orde. Hoe kunnen wij dat aan?*

*Nog maar half wetend van wat licht in mens
plant, dier, microleven, buiten doet, het is een wens
mij doen verstaan dat elke energie natuur is
Heel helder zich gedragen kan met wat vuur is.*

Elk licht in ons en AI is steeds weer heel nieuw licht.
Raakt ziel met beeld, is schoon en straalt naar elk gezicht
Het zingt en zaait, verblijdt naast pijn die om kan slaan
Mensen naar elkaars bevinden luisteren gaan.*

**AI, groot van de zon, klein van fotosynthese.*

- Oudejaarsdag 2015 - Wilbrord

Pietjes en (eetbare) gewassen in Frankrijk...

Ellen Vader, al jaren mijn maatje op het gebied van informatie verstrekken, mailde mij een paar leuke foto's die ik graag deel.

Ton, de man van Ellen, had zich laten inspireren door mijn eerder geplaatste tekst om zelf vogelvoer te maken.

Ellen: *"Kijk eens wat leuk! Ton werd ff geprikkeld door jouw vogelvoedingstipjes, stond plots in de keuken te roeren en voilà, hier het resultaat..."*

Hang je servies in 'de wilgen' roep ik dan ook regelmatig, oftewel vul kopjes, kommetjes en ander servies waar je enkele stuks van hebt of voor dit doel bij de kringloopwinkel hebt aangeschaft... als er maar een oor aan zit.

Want dat oor gebruik je om je creatie aan op te hangen en tegenover het oor plaats je een stokje in het vet voordat het gaat stollen. Ton had een andere oplossing: een kleurrijk feestje!

De dames en heren vogels kunnen comfortabel 'aanschuiven' en zich te goed doen aan al dat lekkers.



Biologisch ossewit, biologische reuzel, of kokosvet is de basis en deze verzadig je als het goed gesmolten is met zaden. Het vet altijd langzaam laten smelten, het mag beslist niet gaan koken. Op deze foto's is het Franse resultaat goed zichtbaar.

Naar aanleiding van de nieuwsbrief van Project7-blad reageerde Ellen ook.

Ellen: *"Ook leuk, een mysterieuze straatartieste in Nantes (NW Frankrijk) die namen met krijt op de straat schrijft van de plantjes die ze heren der tegenkomt. Wordt daar blijkbaar gewaardeerd! Zie plaatje."*



Dit zijn leuke dingen om te delen, niet met de Franse slag maar daar is over nagedacht! ☺ Dank Ellen, je geeft maar weer wat door als je weer wat tegenkomt of als Ton weer een geïnspireerd

uurtje in de keuken heeft doorgebracht.

Anneke

Locatiebericht Alkmaar en Haarlem

Allereerst natuurlijk Gelukkig Nieuwjaar en alles wat mogelijk is in 2016!

8 januari a.s. komt Ronald Bernard naar Alkmaar en de 12^e naar Haarlem. Deze lezing geeft uitzicht op positieve verandering, voorspoed en welzijn voor ons allemaal via een coöperatieve en fairtrade bank in oprichting.

Ik ontving een mailtje van Ronald dat de lezing wordt opgeluisterd door Paul en Carla van der Veldt, die 6 pakkende songs ten gehore zullen brengen.

Hier alvast een voorproefje van wat ons te wachten staat, hun optreden tijdens de halve finale van Holland's Got Talent 2011:

<https://www.youtube.com/watch?v=v7WzoGwkAVI>.

Wat ik hen die zich al aangemeld hebben niet wil onthouden.

Graag tot de 8^e of de 12^e.

Met vriendelijke groet,

Annette Ochse

<https://www.facebook.com/Gezond-Verstand-Lezingen-Haarlem-en-Alkmaar-674850312603836/?ref=hl>

8 JANUARI 2015
VRIJ en BLIJ uit de
CRISIS met een
NIEUWE BANK

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

Ronald Bernard,
Initiator van De Blij B

Wist u dat er een stille (r)evolutie gaande is? Met een bank in bezit, hebben burgers de touwtjes weer in eigen handen. Wie de geldstromen beheerst, bepaalt veel in de samenleving. Ronald zal tijdens deze boeiende lezing laten zien, hoe het huidige bankensysteem werkt. We volgen het spoor van geld en komen bij oorzaken en een waarheid die tegen het onwerkelijke aanligt. De Blij B is een burgerinitiatief van professionals. Het is van, voor en door mensen!

Locatie Annette Ochse, Wijkcentrum Overdie
Adres Van Maerlantstraat 8-10
1813 BH ALKMAAR

Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur

Entree € 10,00

Aanmelden gvlalkmaar@gmail.com ☎ 06-25180174

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

12 JANUARI 2016
VRIJ en BLIJ uit de
CRISIS met een
NIEUWE BANK

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

Ronald Bernard, Initiator van De Blij B

Wist u dat er een stille (r)evolutie gaande is? Met een bank in bezit, hebben burgers de touwtjes weer in eigen handen. Wie de geldstromen beheerst, bepaalt veel in de samenleving. Ronald zal tijdens deze boeiende lezing laten zien, hoe het huidige bankensysteem werkt. We volgen het spoor van geld en komen bij oorzaken en een waarheid die tegen het onwerkelijke aanligt. De Blij B is een burgerinitiatief van professionals. Het is van, voor en door mensen!

Locatie Annette Ochse
Dagcentrum Overspaarne
Adres Lansiersstraat 25
2023 GA HAARLEM

Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur

Entree € 10,00

Aanmelden gvlhaarlem@gmail.com ☎ 06-25180174

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

Eten wat de pot schaft in Exmorra...

Exmorra, een klein plaatsje in Friesland dichtbij Makkum. Als we dat zeggen is het vaak al wat bekender, vlakbij de Friese kust, bij het IJsselmeer.

Centrum Wilgenhoeve ken ik al een paar jaartjes, Gila Edler zwaait er de scepter.



Op 20 oktober 2011 kwam ik voor het eerst in de boerderij waar Centrum Wilgenhoeve is gevestigd.

Dit bezoek kwam door Linda Kreike. Linda had ik kort daarvoor ontmoet in Franeker waar ik op een avond mijn

lezing gaf over de wilde groenten en kruiden.

Linda was hevig geïnteresseerd in dit onderwerp omdat zij bij Wilgenhoeve ook wel kookte voor gezelschappen en men daar het idee had opgevat de wilde groenten en kruiden meer toe te gaan voegen.

We raakten in gesprek en van het één kwam het ander. Ik was met mijn eerste boekje bezig in de 'Nooit geweten...'-serie en stond open om samen met anderen te kokkerellen zodat ik de foto's kon maken, weer andere sfeertjes kon presenteren door de omgeving en andere serviezen. Kortom: dit zijn gezellige dagen om af en toe eens met iemand te ondernemen en aan het eind van de dag kun je dan zeggen dat je veel hebt gepresteerd.



Zo kwam het dat wij op 20 oktober dat jaar elkaar weer ontmoeten in de keuken van Centrum Wilgenhoeve.

Aardpeersoep, aardpeer met hazelnoten en prei, kweeperenmoes en nog meer ontstond onder onze handen en met elk gerecht liep ik naar buiten om het op 'de gevoelige plaat' vast te leggen.

Gila zag dit, proefde wat en de soep ging naar de groep dames waar Gila een middag mee doorbracht vlakbij de keuken.

Gila, altijd zoekend naar wat je samen kunt ondernemen zag meteen kansen en zo organiseerden we na die bewuste dag kokkerellen diverse zondagen om anderen in

de keuken aan de slag te laten gaan.

We noemden deze middagen; 'Eten uit de berm'. We begonnen met thee of koffie met wat lekkers door Linda gebakken. Daarna gaf ik mijn presentatie over de wilde groenten en kruiden.

Daarna was het weer tijd voor een pauze met wat lekkers en de ene keer wandelden we daarna door de tuin en langs de kant van de weg om te kijken wat er in de praktijk zichtbaar was om te plukken, de andere keer gaf Gila een rondleiding over Permacultuur, toen dit nogmaals op de agenda kwam voor belangstellenden gaf ik hen die deze uitleg al eerder hadden gehoord de gelegenheid een tafelstukje te maken wat eerst de etenstafel sierde en later mee naar huis genomen mocht worden.

We hebben gezellige middagen beleefd en de volgende stap was met de 'Studiegroep' in Exmorra aan de slag te gaan.

We komen eens in de twee maanden op woensdagmiddag bij elkaar en voor de komende maanden hebben we mooie onderwerpen op de agenda staan.

Door al deze activiteiten was het voor mij heel simpel bedacht om 'Eten wat de pot schaft' te starten in Exmorra.

Gila was meteen enthousiast want iets dergelijks leefde al enige jaren bij hen maar was nog niet uitgevoerd.

Op zondagmiddag 17 januari beginnen wij, Frank en Anneke, met deze nieuwe activiteit. De volgende datum plannen we eerdaags, eerst 17 januari goed volbrengen.

Wat gaan we doen?



Wie mee wil eten dient zich van tevoren op te geven. Dit kan tot uiterlijk vrijdagmiddag 15 januari, in verband met inkopen van de ingrediënten.

Wie komt eten is vanaf 17.00 uur welkom, de thee staat dan klaar.

Om 18.00 uur zullen we de maaltijd presenteren die deze zondag zal bestaan uit: een soep als voorgerecht, een Hollandse stampot als hoofdgerecht en thee of koffie toe met zelfgemaakte bonbons.

Om deze nieuwe activiteit te vieren krijgen allen die komen eten een setje ansichtkaarten waarmee je meteen Project7-blad ondersteunt.

De prijs van de maaltijd bedraagt € 15,00, exclusief drankjes (wijn, sapje).

Dus voor 15 euro heb je gegeten en ga je met ansichtkaarten naar huis.

We zullen ons steeds van tevoren uitleven om de tafels gezellig te dekken, sfeer doet veel en bloemen horen daarbij.



Tip!

Maak er een gezellig dagje Friesland van. De Friese kust is veelzijdig en om even een indruk te geven hier wat foto's van Hindeloopen. Maar Workum, Makkum, en veel andere plekjes zijn een bezoek waard.

Als je dan zorgt ergens tussen 17.00 uur en 18.00 uur bij ons te zijn kun je om 18.00 uur zo aanschuiven en is je dagje uit gezellig afgesloten.

Wellicht tot ziens, een keer in Exmorra of in Siegerswoude bij Ida en Romke op de tweede vrijdagavond van de maand.

Wie ook interesse heeft om hieraan mee te doen, mail gerust voor de vrijblijvende informatie.

Anneke

Anneke@project7-blad.nl

Colofon:

Redactie: Ellen Pet / Wim Pet

Teksten: Anneke Bleeker, Gerdie Konings, Ellen Vader, Bertus Buizer, Wilbrord Braakman, Annette Ochse

Foto's: Anneke Bleeker, Gerdie Konings, Ellen Vader, Internet, Bertus Buizer

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

Mail naar: Ellen@project7-blad.nl

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

Mail naar: GVLlocatie@project7-blad.nl

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

Mail naar: GVLspreker@project-7blad.nl

Aan-/afmelden voor deze Nieuwsbrief
(Barbera Smit)

Mail naar: NieuwsbriefGVL@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