

# Nieuwsbrief

Juli 2015

Vijfde jaargang, nummer 7-1

© (Foto:) Anneke Bleeker

## Inhoud:

Pagina	1	: Veranderingen op komst...
Pagina	6	: Pimp je leven!
Pagina	7	: Vier wandelingen
Pagina	8	: Lezing: "AD(H)D, autisme, dyslexie... probleem, gave of gewoon?"
Pagina	10	: Verslag: GVA lezing ADHD en Ritalin
Pagina	13	: Radio Remember
Pagina	15	: Optimisme voor een blijere samenleving
Pagina	16	: Tickende Zeitbomben
Pagina	17	: Quote
Pagina	17	: "Serenity" concert - Paul Vens en Herman Verheijen / Verslag 23 juni 2015, GVA locatie Venray
Pagina	20	: Onrust
Pagina	21	: Boeren voeden de wereld...
Pagina	21	: Colofon

## VERANDERINGEN OP KOMST...

Er zijn veranderingen op komst bij het GVA concept en in huize Bleeker.  
Er is een tijd van komen en een tijd van gaan en de tijd van gaan is aangekomen.

In het belang van het concept en onze eigen gezondheid op de langere termijn heb ik mijn beslissingen genomen.

Een tijdje geleden bedacht ik mij dat wanneer ik een stuk papier zou nemen en op zou schrijven wat ik nu diep in mijn hart heel echt wilde, dan hoefde ik niet lang na te denken.

**Het GVA concept overdragen aan andere gepassioneerde personen.**

### **Waarom?**

Na eerst anderhalf jaar hevig gewaarschuwd te hebben tegen vaccins (alleen en samen met anderen), een boek geschreven te hebben over dat onderwerp en heel boos te zijn geweest omdat alles en iedereen maar slecht tot helemaal niet meewerkte binnen medialand, ontstond het idee dat informeren via vele sprekers wellicht meer zoden aan de dijk zou gaan zetten.

Zo ontstond al denkend in oktober 2010 het GVA concept, dat nog steeds draait op de manier zoals ik dat toen bedacht had.

Inmiddels zijn er rond de 75 locaties, de laatste tijd zijn er helaas enkele gestopt, maar... er komen er ook weer bij en per saldo groeit het aantal langzaam maar gestaag.

Daarnaast hebben er zo'n 150 extra op ons lijstje gestaan, al dan niet minimaal eenmaal gedraaid hebbend.

Sommigen denken enthousiast te beginnen maar al haken af voor de eerste avond. Anderen draaiden een paar keer en weer anderen langer maar stopten na verloop van tijd.

Zo gaat het met alles; het maakt niet uit wat je wilt opbouwen maar allen die minimaal een maal hebben gedraaid hebben ook meegeholpen binnen het grote plaatje van de GVA.

Want altijd blijven er weer bezoekers terugkomen naar andere locaties, dus per saldo is het goed zoals het gaat.

Het loopt zoals het loopt zeg ik altijd en kleine groepen brengen de grootste dingen voort voor zowel het concept als voor sprekers.

Het wil helemaal niet zeggen dat een groep met honderd luisteraars nu echt waardevoller is dan een groepje van tien.

We hebben al zoveel zien gebeuren, doorgekregen per mail of mondeling. Al met al zijn we heel trots op wat er zoal is ontstaan, uitgezet, gezaaid of hoe je dit ook noemen mag.

De sprekerslijst groeit eveneens gestaag en er zijn iets meer dan 185 sprekers, samen goed voor nog veel meer onderwerpen.

De keuze is dus reuze! ;-)

Tot nu toe zijn het voor ons meer dan intensieve jaren geweest. Frank, mijn man, heb ik heel gewoon meegesleept in alles wat op ons pad kwam.

Website bouwen, dat doe je toch even?

De tweede site naast verontrustemoeders.nl voor de GVA, Frank dat kun jij toch ook?

Posters en flyers maken, dat 'klusje' hoort er ook bij hoor.

Mijn boeken helpen samenstellen, oftewel de teksten lezen en in juiste volgorde plaatsen, de foto's nummeren, ach Frank, dat kun jij toch?

Sprekerslijst aanvullen, Frank ik heb weer nieuwe sprekers, ik mail de gegevens even naar je en dan moeten zij weer op de lijst.

Frank, de nieuwsbrief, hoogste tijd want de agenda moet weer zichtbaar naar allen.

Frank dit, Frank dat, Frank zus en Frank zo.

Kortom, was Frank er niet in mijn kielzog nou dan weet ik het zo net nog niet ;-). Oftewel elke vrije minuut heeft Frank in mijn ideeën gestopt.

Onze dochter wil graag met ons op vakantie naar voormalig Joegoslavië, sorry Aline, nu even geen tijd.

In de jaren tachtig zijn wij daar driemaal geweest, al trekkend met de auto, in de ochtend niet wetend waar je in de avond sliep; we zijn langs de Albanese grens gereden, oftewel we hebben heel vele gezien en we zijn nogal van dat land gaan houden.

De kinderen regelen hun eigen vakanties en op het moment dat ik dit schrijf is Aline met een vriendin in Vietnam, dus in die zin komen zij wel aan hun trekken maar toch...

Hoe leuk is het om samen eens een paar plaatsen te laten zien waar wij toen zo verliefd op waren?

Dat kan niet met een concept dat dagelijks aandacht vraagt, dus dan parkeer je dergelijke leuke dingen... komt wel!

Op vakantie willen is nu niet de reden om de zaken over te dragen, maar het is wel één van de punten die na verloop van tijd beginnen te knagen wanneer je kind al een aantal malen te kennen heeft gegeven graag dat met ons te beleven.

De echte reden om te veranderen is omdat wij aan de taks van ons kunnen zijn aangekomen. Kort door de bocht gezegd: we kunnen niet meer dan we doen en er is geen tijd voor veranderingen aan de site; verbeterpunten zijn er maar het is tijdgebrek en tevens tijdgebrek nieuwe dingen te leren om die verbeteringen uit te voeren.

We zijn al zo blij dat Barbera, mede-locatiehoudster van Sneek, Frank al geruime tijd helpt met het maken van de posters en flyers.

Linda, zij is contactpersoon geworden tussen ons en locatiehouders wat betreft de afhandeling van een avond of middag.

Marja werkt het mailbestand bij en verwelkomt nieuwe personen.

Dank lieve dames, dit hielp ons al een heel stuk.

Stilstaan is achteruit gaan en dat gaat gebeuren als wij doorgaan en de dagen blijven vullen met veel GVA werkzaamheden.

Dus in het belang van het concept hebben laatst alle locatiehouders en sprekers tegelijk een mail gekregen waarin ik heb uitgelegd dat het tijd gaat worden het stokje over te dragen.

Daar hebben een aantal sprekers positief op gereageerd en familie via een spreker.

Er is een spreker die heel veel zin heeft alles over te nemen met zijn achterban en zodra dit definitief is dan maken we dat onmiddellijk bekend.

Mocht deze persoon er toch van afzien dan zijn er anderen die de gesprekken omtrent overname willen aangaan.

We geven het concept niet zomaar weg dat moge duidelijk zijn dus met passie zullen anderen verder gaan daar waar wij zijn gebleven.

Alles zal gewoon blijven draaien zoals het draait en alles wat al langer verbeterd had kunnen worden zal nu worden aangepakt.

Kijk... en dat gaat voor groei zorgen en daar zijn we blij mee.

Het GVA concept is mijn 'kind', maar kinderen worden volwassen en moet je loslaten.

Het voelt al licht in mijn hoofd, ruimte voor andere dingen, sinds dit proces ingang is gezet.

Dus wij zijn meer dan blij dat we de bal een schop hebben gegeven, er zoveel moois is ontstaan en anderen mogen nu weer verder voetballen.

Zodra alles definitief rond is zal bij de notaris alles overgeschreven worden en ik trek mij ook volledig terug want ik zal niet als waakhond de zaken in de gaten houden.

Wel wil ik de vier middagen in Schoten blijven organiseren, samen met hen die dat al enkele jaren met mij verzorgen.

Mijn eigen locatie op de tweede vrijdagavond van de maand in Alkmaar blijf ik aanhouden, ondanks dat we in Friesland wonen, maar daar liggen veel contacten die we op deze wijze blijven houden.

En ik wil een bijdrage aan de GVA-nieuwsbrief leveren, maar dan vanuit mijn nieuwe project en vanuit het feit dat ik dan uitsluitend collega locatiehouder ben van alle locatiehouders.

### **Wat gaan wij doen?**

Project7-blad, dit nieuwe initiatief wil ik groot maken en het kunstje wat ik heb gedaan met de GVA, locaties opbouwen, ga ik herhalen maar dan anders.

Er draaien nu twee studiegroepen in Nederland, eentje in Exmorra, Friesland en eentje in Nederweert, noordelijk Limburg.

Mijn andere locatie in Alkmaar, de eerste zondagmiddag van de maand bij de Volkstuinen ga ik vanaf september ook gebruiken voor een groep in NH. Deze zal dan wel alle eerste zondagmiddagen van de maand draaien in plaats van eens in de twee maanden zoals de anderen draaien.

Verder mogen er veel meer groepen ontstaan die allen zonder mij gaan draaien.

Exmorra en Nederweert blijf ik bezoeken want daar zijn de nodige vriendschappen ontstaan en dat zijn weer vitamientjes om met gelijkgestemden bezig te zijn met wilde groenten en kruiden, natuurlijke producten en andere mooie dingen die bij deze onderwerpen passen.

Wel gaan we de site [www.project7-blad.nl](http://www.project7-blad.nl) vullen, ook zal daar een agenda op komen, dus ja inderdaad Frank zal weer helpen. ☺

Maar dit is wel geheel vrijwillig en er zit geen druk achter qua tijd, posters moeten altijd op tijd en de agenda voor de lezingen moet steeds op tijd gevuld worden.

We gaan dus weer wat opzetten en verspreiden maar dan anders.

Voor mij is het ook een ander gevoel.

Alles begon in 2009 met boosheid, onmacht, je zag dat er van alles scheef liep, dus hup op de barricade. Wat in 2008 al gevoed werd uiteraard.

Van die onmacht en boosheid ging het roer om naar informeren via vele lezingen met heel vele sprekers.

### **En nu?**

Monsanto kan van mij de mast in, oftewel: alles wat je aandacht geeft groeit dus zij krijgen geen seconde aandacht van mij via Project7-blad.

We gaan alleen maar mooie dingen verspreiden en dan zal men vanzelf alle zoi van hen wel gaan vermijden.

En om die reden heel veel studiegroepen om laagdrempelig met velen oude kennis weer te verspreiden, want we vertellen helemaal geen nieuwe dingen, welnee, alles moet onder het vloerkleed vandaan gehaald worden.

We zijn altijd nogal rigoureuus als we wat ondernemen, dus in dit geval ook en de site [www.verontrustemoeders.nl](http://www.verontrustemoeders.nl) gaat ook verdwijnen.



## Waarom?

Er is geen vrijwilliger die wil helpen alles te schonen, wat niet meer werkt moet eraf, wat slordig staat verbeterd en wij zijn tot de slotsom gekomen dat er genoeg andere collega's in het land zijn.

Frank kon deze site ook niet meer goed bijhouden naast het GVA concept.

We zullen de homepage in stand houden zolang dat in onze ogen nodig is, met verwijzingen naar collega's en boeken.

Er is genoeg te vinden voor wie informatie zoekt.

Het was ook mijn persoonlijke keuze dat mijn boek: *Wat je niet verteld wordt over vaccinaties* niet in de herdruk kwam.

Waarom?

Als je een boek dat, qua informatievoorziening, in 2009 is gestopt op een later tijdstip in de herdruk wilt doen dan moet je wat betreft dit onderwerp, weer ruimte maken voor de laatste nieuwsfeiten.

En daar gaat veel tijd in zitten en dan is mijn focus van mijn andere boeken (omtrent eetbare planten) af.

Dat is de enige reden en omdat er andere boeken zijn verschenen was ik van mening dat daar niet weer eentje van Anneke Bleeker tussen moest liggen.

Hadden we zeeën van tijd dan was dat wellicht anders gelopen maar wij hebben nog steeds die planeet niet ontdekt waar we 48 uur in een etmaal kunnen draaien. ;-)

Dus... ook daar veranderingen en alles bij elkaar voelt dit heel goed.

Want... wat je aandacht geeft groeit en dat gaan we nu volop doen richting gezonde voeding middels wilde groenten en kruiden, eetbare struiken en bomen, eetbare bloemen, alles altijd gecombineerd met bekende groentesoorten.

Wandelingen... er komen verschillende wandelingen op de agenda de komende weken.

Niet alleen in Friesland maar toch ook nog weer in Bergen NH en Stroe in de kop van NH mede dankzij de vele verzoeken en mede dankzij het feit dat er nu ruimte ontstaat omdat er een heel groot pakket aan werk en verantwoording weg zal vallen.

Wanneer er ruimte in het hoofd ontstaat, kun je alles weer veel beter relativeren, herbezien, oftewel er ontstaan nieuwe ideeën.

En... als ik hier zeg; Ik heb een idee ☺ dan bouwen mijn wederhelft en kinderen al een denkbeeldig bunkertje. ☺

Het zijn bijzondere jaren geweest, we hebben er heel veel voor gekregen in de vorm van contacten, vriendschappen en mooie resultaten.

Het is het meer dan waard geweest en nu gaan we anders verder zaaien.

We gaan een middag of avond plannen om het denkbeeldige stokje over te kunnen dragen, hoe dit ingevuld gaat worden maken we ook bekend zodra deze laatste fase een vaste vorm heeft gekregen en we echt alles kunnen afronden.

Jullie zijn alvast een beetje 'bijgepraat'. Wij gaan verder met de afronding en we zijn heel blij dat dit concept in goede handen overgedragen kan worden.

Anneke

Gaasterland 9 juli 2015.

# PIMP JE LEVEN!

## Verander je patronen in plaats van dat zij jou veranderen

*Thuis zijn in jezelf, je omgeving, de wereld – wie wil dat niet?*

De deels praktisch georiënteerde workshop bestaat uit drie hoofdonderdelen:

Hoe om te gaan met de vele veranderingen om ons heen in deze tijd? Wat is eigenlijk de aard van deze veranderingen, hoe herkennen we deze, hoe worden we er door beïnvloed? Meer begrip hiervan helpt om een vruchtbaar leven te kunnen leiden.

Wetenschappelijke referenties worden ingezet om de link tussen veranderingen in de kosmos en hier op aarde (die ook deel is van de kosmos natuurlijk!) te kunnen duiden.

Optioneel: een tipje van de sluier wordt opgelicht van de Cirkel van Succes. Dit is een hulpmiddel uit Feng Shui dat je kunt inzetten om succes en voldoening te vergroten in je persoonlijke en – of zakelijke leven.

Het stoppen met een lastige gewoonte of verslaving helpt om ons vrijer te voelen en geeft nieuwe mogelijkheden. Bijna ieder mens heeft wel gewoonten of gedachtenpatronen die men graag zou willen veranderen. Meer uitleg over het mechanisme van gewoonten, zowel fysiek als energetisch, is onderdeel van deze workshop.

*De vraag is tevens: hoe kan men gewenste patronen juist versterken? De lezing is dus zeker ook geschikt voor mensen zonder verslaving, voor wie het streven is een rijker en/of prettiger leven te leiden.*

Sander Quack is natuurgeneeskundig therapeut met als specialiteit het behandelen van mensen met het stoppen van verslavingen of lastige gewoontes.

Dit doet hij aan de hand van een bijna 30 jaar oude methode uit Israël, die hij zelf verder heeft ontwikkeld.

Voorbeelden zijn onder andere stoppen met roken, alcohol, suiker, eetstoornissen, nagelbijten, gamen.

Hij werkt tevens samen met bedrijven.

Zie: [www.ontwenningsexperts.nl](http://www.ontwenningsexperts.nl)

Sander Quack  
Molenlaan 39  
2251 CC VOORSCHOTEN  
Tel. 06-21496033



# VIER WANDELINGEN

**Ik heb vier wandelingen in mijn agenda geplaatst, langs wilde groenten en kruiden, eetbare bloemen, bomen en struiken.**

<b>Dag</b>	<b>Datum</b>	<b>Locatie</b>
Zaterdagmiddag	18 juli	Bergen NH
Woensdagmiddag	22 juli	Stroe, op het voormalige eiland Wieringen, Kop van Noord-Holland, bij Den Oever in de buurt
Woensdagmiddag	29 juli	Rijs (Gaasterland, Fr.)
Woensdagmiddag	5 augustus	Rijs (Gaasterland, Fr.)

## **Zaterdagmiddag 18 juli wandelen in Bergen NH...**

Op deze zaterdagmiddag wandelen we een rondje door het bos en langs de buitenkant (weilanden) zoals ik in het verleden ook met velen heb gedaan.

Rondje nostalgie op verzoek.

Wat er is er zoal eetbaar aan wilde groenten en kruiden?

Wie in het verleden al eens mee is geweest zal verrast zijn dat er steeds van alles is wat je nog niet weet omdat de natuur nu eenmaal niet stil staat en elke seizoen, elk moment, een ander gezicht laat zien.

Opgeven: [Anneke@project7-blad.nl](mailto:Anneke@project7-blad.nl)

In de week voor de wandeling sturen we allen de uitleg waar we verzamelen en dat is niet op de bekende plaats voor wie het denkt te weten, dus onverwachts aanschuiven is geen aanrader.

Bijdrage in de onkosten is 10 euro waar je mijn kennis en een kop thee voor terug krijgt.

Kinderen tot 12 jaar 2,50 en tot 18 jaar 5 euro.

Start 14.00 uur.

## **Woensdagmiddag 22 juli wandelen bij Stroe, kop NH...**

Op deze woensdagmiddag wandelen we een rondje langs de prachtige kust bij Stroe (niet verwarren met Stroe op de Veluwe) op het voormalige eiland Wieringen, bij Westerland en Den Oever in de kop van NH.

Rondje nostalgie op verzoek.

Wat er is er zoal eetbaar aan wilde groenten en kruiden?

Op deze plaats zijn dat de zilte groentesoorten, o.a. zeekraal, spiesmelde en nog veel meer.

Omdat we ook een stukje via de bebouwing lopen zien we nog meer soorten eetbare bloemen, kruiden en groenten.

Wie al mee is geweest in het verleden zal verrast zijn dat er steeds van alles is wat je nog niet weet omdat de natuur nu eenmaal niet stil staat en elke seizoen, elk moment, een ander gezicht laat zien.

Mijn tip is: neem een paar laarzen mee want graag laat ik diverse gewassen van heel dichtbij zien en dan zijn slippers of knappe schoenen wellicht niet handig.

Opgeven: [Anneke@project7-blad.nl](mailto:Anneke@project7-blad.nl)

In de week voor de wandeling sturen we allen de uitleg waar we verzamelen.

Bijdrage in de onkosten is 10 euro waar je mijn kennis en een kop thee voor terug krijgt.

Kinderen tot 12 jaar 2,50 en tot 18 jaar 5 euro.  
Start 14.00 uur.

### Woensdagmiddag 29 juli en 5 augustus wandelen in Rijs (Gaasterland Fr.)...

Twee datums als keuze, zelfde wandeling.

Op deze woensdagmiddagen wandelen we een rondje via de Kruidenwei, door het werkelijk schitterende bos naar het klif bij het IJsselmeer.

Wat er is er zoal eetbaar aan wilde groenten en kruiden?

Wie in het verleden al eens mee is geweest (het maakt niet uit op welke locatie) zal verrast zijn dat er steeds van alles is wat je nog niet weet. De natuur staat nu eenmaal niet stil en elke seizoen, elk moment, laat een ander gezicht zien.

Opgeven: [Anneke@project7-blad.nl](mailto:Anneke@project7-blad.nl)

In de week voor de wandeling sturen we allen de uitleg waar we verzamelen.

Bijdrage in de onkosten is 10 euro waar je mijn kennis en een kop thee voor terug krijgt.

Kinderen tot 12 jaar 2,50 en tot 18 jaar 5 euro.

Start 14.00 uur.

---

## LEZING: "AD(H)D, AUTISME, DYSLEXIE...

## PROBLEEM, GAVE OF GEWOON?"

- Zeg je wel eens: "Het lijkt wel of iedereen tegenwoordig iets mankeert?"
- Heb je wel eens het gevoel dat niet onze kinderen gek geworden zijn, maar dat de samenleving minder begripvol lijkt?
- Zet je wel eens vraagtekens bij al die medicijn slikkende kinderen?

Herken je dit en zoek je "een ander geluid", kom dan een keer naar een lezing van ons!

Wij, Gio Vogelaar, Sarah Morton en Peggy Schut zijn de drie sprekers van de lezing: 'AD(H)D, autisme, dyslexie... probleem, gave of gewoon?' Wij geven deze lezing soms met zijn allen en soms los van elkaar of met twee mensen. We hebben ieder een eigen invalshoek, maar we bekijken de genoemde diagnoses allemaal op een andere manier dan de reguliere zorg.

### Sprekers:



**GIO VOGELAAR**- Werkte als gymnastiekdocent, recreatiesportbegeleider, pedagogisch medewerker op een leefgroep en als schoolmaatschappelijk werker op een internaatschool. Het meest heeft hij geleerd van de kinderen en jongeren met wie hij werkte. Ze hielden hem regelmatig een spiegel voor over zijn eigen soms hypocriete gedrag. Als hij hen serieus nam en aandacht had voor hun verhaal en wensen, ontstond er pas echt contact. Wat je aandacht geeft, groeit! Dus kijkt Gio vooral naar de talenten en kwaliteiten van kinderen en jongeren.



Zijn wens is een liefdevolle, gezonde samenleving, zonder etiketten als ADHD, Autisme, ODD enz.

In 2008 besloot hij dat hij niet meer kon werken op de manier die van hem verwacht werd. Nu werkt hij als zelfstandig gezinscoach, ouder- en/of jongerenbegeleider, geeft trainingen in bewustwording en workshops. [www.jeugdzorgvuldig.nl](http://www.jeugdzorgvuldig.nl)



**SARAH MORTON**– vertelt hoe ze als zesjarige is gediagnosticeerd met autisme. Haar jeugd is grotendeels bepaald door deskundigen die haar steeds de verkeerde weg wezen. Op het speciale onderwijs kreeg ze een 24-uurszorgindicatie.

Met steun en hulp van mensen die wel in haar geloofden, kon zij een zinvol en zelfstandig leven opbouwen.

Zij woont nu op zichzelf en heeft inmiddels zes boeken op haar naam staan en een website opgericht waarmee ze opkomt voor mensen die klem zitten, met name kinderen:

[www.dus-sarah-morton.info](http://www.dus-sarah-morton.info) en [www.afwijkend-en-toch-zo-gewoon.nl](http://www.afwijkend-en-toch-zo-gewoon.nl)

Daarnaast heeft zij het initiatief Kind-Zijn opgericht: [www.kind-zijn.org](http://www.kind-zijn.org)  
Zij geeft kinderen hun stem terug en kan hun behoeften en ervaringen vertalen aan de opvoeders. De gevoelens, overtuigingen en patronen in een gezin, ziet of voelt zij meestal snel. Zij helpt de band tussen ouders en kinderen te herstellen en de liefde terug te brengen in een gezin.



**PEGGY SCHUT** – Is pedagoog en ervaringsdeskundige op het gebied van anders denken en leren. Ze is vanuit het excellentie programma van haar studie gespecialiseerd in een andere, meer positieve kijk op ADHD, autisme, dyslexie en hoogbegaafdheid.

Zij heeft meerdere van bovengenoemde labels en ze geniet eigenlijk vooral van de positieve kanten die daarbij horen. Omdat ze veel mensen in haar omgeving kent met de diagnoses ADHD, autisme, dyslexie en hoogbegaafdheid is ze zich hier steeds meer in gaan verdiepen. Zij vindt mensen met deze labels juist erg creatief en talentvol en besteed daar graag aandacht aan.

Ze heeft veel ervaring met kinderen met deze labels en ze kan goed aansluiten op het individuele kind. Haar lezing gaat over de positieve kanten van deze labels en wat daarover is onderzocht en geeft inzicht in de andere manier van denken wat bij dit 'creatieve en chaotische' type mens hoort. [creatievechaoot.wordpress.com](http://creatievechaoot.wordpress.com)

## BAND (Column uit de Telegraaf van 19 juni 2015)



Hè hè, eindelijk weer eens een Nederlandstalige band waarop we fier kunnen zijn: Mark & de Rondpompers. Dat heeft lang geduurd zeg. Oké, je had inderdaad Van Dik Hout. En De Dijk. En heel vroeger Unit Gloria met Robert Long, toen hij nog als diepgelovig christen in de kast zat. Maar verder? Ik begon echt al te wanhopen, maar nu zijn daar dan ineens Mark & de Rondpompers, al valt het me wel een beetje tegen dat ze de hitlijsten met een cover van dat oude nummer, uit 1983, van Vulcano trachten te bestormen, destijds getiteld 'Een beetje van dit'.

Hoe ze 't echter brengen?

Fantastisch.

U kent de leden van de band toch wel? Het zijn er slechts drie,

maar vergeet niet dat The Police ook uit dat aantal bestond. Leadzanger en basgitarist is de immer goedlachse visionair Mark Rutte. Gitarist is de guitige Jeroen Dijsselbloem, die ook in de Brussel's Big Band speelt en auteur is van de toneelklucht 'U vraagt, wij liegen'. En de drummer is Eric Wiebes, bijgenaamd De Neus II. Hij geeft op perfecte wijze het ritme aan. Wel opvallend, trouwens, dat ze de titel van het Vulcano-nummer hebben veranderd in 'Het Belastingplan'.

De tekst van het refrein blijft gelukkig onveranderd.

„Een beetje vanne dit, een beetje vanne dat / Een beetje vanne zus, een beetje zo / Een beetje vanne hier, een beetje vanne daar / Dan is 't wel weer piekfijn voor mekaar.”

## Wij presenteren: *MARK + DE RONDPOMPERS*

Laten we wel wezen, landgenoten: beter kunnen Mark & de Rondpompers 'Het Belastingplan' niet typeren.

Het werd met veel tromgeroffel en trompetgeschal gepresenteerd, dat nummer. Laat dat maar aan Mark Rutte over, hij weet de weg in hitland. De tekst van de drie coupletten heeft zelfs literaire trekjes, want gaat uit van het principe 'show, don't tell'. Wie bereid is zich erin te verdiepen, ziet al snel de diepere bedoeling ervan: de burger moet hoe dan ook de sjaak zijn.

Knap hoor, hoe de fans eerst lekker worden gemaakt met beloften over arbeidskortingen, verlaging van het inkomstenbelastingtarief, loonkostensubsidie, kinderopvangtoeslag, et cetera, kosten: 4 miljard, en dat ze vervolgens ten eerste te horen krijgen dat het lage btw-tarief nagenoeg wordt afgeschaft, opbrengst: 5 miljard, en ten tweede dat het Rijk 5 miljard op de gemeenten gaat besparen, die dan zelf extra belastingen mogen gaan heffen.

Het einde van het liedje: er wordt er maar eentje beter van en dat is het Rijk zelf.

Het refrein zou trouwens nóg beter kunnen, als je het mij vraagt.

„Een beetje vanne dit, een beetje vanne dat / Met een hoge btw vul je ieder gat / Een beetje vanne hier, een beetje vanne daar / Vanaf nu zijn we ook lokaal de sigaar.”

# VERSLAG GVA LEZING ADHD EN RITALIN



Woensdag 17 juni jl. was Nick van Ruiten in de grote zaal van het WoonzorgCentrum voor zijn lezing 'Wat je niet mag weten over ADHD en Ritalin'.

Hoewel zo'n 5% van de bevolking te maken heeft met ADHD - en ik daarom toch wel een grote belangstelling had verwacht - waren er jammer genoeg maar een 10-tal mensen. Dit nam niet weg dat het een hele interessante en leerzame avond is geworden. Ik zal proberen hier een zo kort mogelijk verslag van de avond te geven.

Voor de pauze vertelde Nick het één en ander over ADHD. Zo is ADHD geen ziekte, maar bestaat het uit een aantal gedragsverschijnselen (gedragscriteria). De diagnose wordt gesteld aan hand van een lijst met subjectieve criteria. En subjectief wil zeggen dat iedere arts, ouder, betrokkene zelf bepaalt hoe ernstig de gedragsafwijking is. Wat voor de één ernstig is, kan voor een ander niet ernstig genoeg zijn. Er bestaat geen objectieve medische test, zoals het bepalen van bloedwaardes, scans e.d.

In plaats van het geven van medicatie zou eerst grondig onderzocht moeten worden naar de echte, achterliggende oorzaken van de aandacht tekort-hyperactiviteitstoornis.

Als je hoog sensitief (erg gevoelig) bent, heb je eerder last van storende factoren dan iemand die niet zo gevoelig is. Het drukke gedrag kan veroorzaakt worden in een 4tal gebieden:

Familiesituatie: zoals ruzie in huis, echtscheiding, verlies van een ouder,

Een druk leven/ teveel informatie: zoals te veel verplichtingen, altijd bezig met telefoon / computer,

School/leren: zoals pesten, benadering door leerkracht, het niet kunnen volgen van de leerstof,

Voeding: E-nummers, gifstoffen, onvolwaardige voeding, te weinig water, te veel suikerrijke producten, vaccinaties.

Te weinig water: onze hersenen bestaan voor ca. 80% uit water. Door te weinig water drinken (thee, frisdrank enz. vallen hier niet onder) raak je uitgedroogd. Dit veroorzaakt vermoeidheid, waardoor het geestelijke prestatievermogen afneemt en de aandacht wegvalt.

Suiker: voor het afbreken van suikers is vitamine B1 nodig. Dit veroorzaakt dus een vit. B1 tekort. De gevolgen hiervan zijn o.a. onoplettendheid, snel geïrriteerd zijn, agressie, slaapproblemen, moeheid, depressiviteit; verschijnselen als bij ADHD dus. Is er een grote behoefte aan suiker, dan kan het zijn dat er een tekort aan vitamine C is. Inname van meer (natuurlijke) vitamine C supplementen verlaagt de behoefte aan suikers.

Vitamine B complex: de gevolgen van een tekort aan vitamine B1, B3, B5, B6 en B12 zijn op internet op te zoeken. U zult er achter komen dat de klachten die optreden bij tekorten

allemaal liggen op het gebied van neurologische effecten: de gedragsverschijnselen bij ADHD.

Synthetisch gemaakte, goedkope vitamine tabletten/capsules kunnen de tekorten niet (voldoende) aanvullen. Zij worden niet of niet goed opgenomen in ons lichaam. Vitamine supplementen uit natuurlijke bronnen zijn hier wel toe in staat.

Om de tekorten te kunnen aanvullen zijn veel hogere doseringen noodzakelijk dan nu geadviseerd wordt als aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (adh).

Gifstoffen: de gifstoffen waar we aan blootgesteld worden komen uit de industrie (chemicaliën, E-nummers, parfums enz.), farmacie (medicatie, vaccinatie), milieu (water-, luchtverontreiniging), verdovende middelen (drugs, alcohol, roken), straling (kernenergie, gsm, electro-smock), vis (zalm en tonijn zijn erg vervuild omdat zij aan het eind van de visvoedselketen staan), vlees (antibiotica), intensieve landbouw (kunstmest, pesticiden).

Nick kaartte ook de kwaliteit van onze huidige voeding aan. Door de huidige intensieve landbouw en het overdadige gebruik van bestrijdingsmiddelen bevat de grond onvoldoende vitamines en mineralen. Deze kunnen dus ook niet opgenomen worden door de gewassen. Kunstmest, dat gebruikt wordt om de bodemstoffen wat aan te vullen, bevat slechts een klein aantal mineralen. Niet het hele scala dat we in onze voeding nodig hebben. Hij liet onderzoeken zien die aantoonde hoeveel vitamines er vroeger in een groente soort zaten en hoeveel tegenwoordig. Bij sommige groentes was de afname bijna 100%. Om dan via de voeding toch voldoende vitamines en mineralen binnen te krijgen, moeten we hier enorme dag hoeveelheden van eten, bijv. 20 kg aardappelen per dag. Ook wordt bijv. fruit in een heel vroeg stadium (nog niet goed gerijpt) geoogst en koud opgeslagen, zodat de bewaartermijn langer wordt en het fruit er langer goed blijft uitzien. Dit gaat weer ten koste van de voedingswaarde.

Na de pauze werd de Ritalin besproken.

Lees de bijsluiter van de Ritalin eens goed. De bijwerkingen zijn velen, van ernstig tot minder ernstig, van vaak voorkomend tot af en toe voorkomend. Google maar eens op 'bijwerkingen Ritalin'.

U zult zien dat een deel van de bijwerkingen ook de klachten zijn die bij ADHD beschreven worden. Deze medicatie kan dus het gedrag veroorzaken dat men er juist mee wil tegengaan.

Ritalin is een psychostimulerende medicatie. Dit houdt in dat het direct inwerkt op de hersencellen en het zenuwstelsel. Net als cocaïne, morfine en amfetamine. En we willen graag dat onze kinderen zover mogelijk van deze middelen wegblijven. De gevolgen voor de gezondheid op de lange termijn zijn nog helemaal niet bekend, daarvoor wordt het middel nog niet lang genoeg toegepast. De chemische samenstelling van Ritalin lijkt ook heel veel op die van cocaïne, morfine en amfetamine. Op de verpakking moet dan ook de zwaarste gezondheidswaarschuwing vermeld worden: verslavend.

Gezonde kinderen (waarvan de gedragsverschijnselen op een subjectieve manier beoordeeld zijn en niet door objectieve, meetbare medische testen) worden door het innemen van deze medicatie (en de andere middelen die ingezet worden bij ADHD) ongezonde, potentieel verslaafde kinderen.

Ritalin is inmiddels verworden tot een straatdrug. Het wordt op scholen door leerlingen verhandeld om bijvoorbeeld in een examenperiode rustiger en minder gespannen te zijn.

Tijdens party's heeft de inname van Ritalin hetzelfde effect als het innemen van een paar XTC pillen.

Conclusie van Nick aan het einde van de lezing:

In het belang van het kind dient ALTIJD eerst grondig gekeken worden naar de mogelijke oorzaken van het gedrag zoals vitamine B of andere tekorten, voeding, straling enz. Pas als op deze gebieden geen resultaat meer te behalen is, zou bij hoge uitzondering het voorschrijven van medicatie een optie kunnen zijn.

Met hartelijke groet, Anneke Fokkema, gastvrouw GVA Maastricht west.

---

## RADIO REMEMBER

Onze dochter Aline maakte ons attent op een initiatief dat naar ons idee ruimschoots onder de aandacht gebracht mag worden: Radio Remember.

Hieronder kun je lezen wat dit initiatief inhoudt:



### **Nieuw online muziekstation voor ouderen met dementie 7 Dagen per week, afspeelbaar op PC of tablet**

Den Haag, 22 juni 2015

Vanaf vandaag gaat Radio Remember van start, een nieuw online radiostation met muziek die aansluit bij de belevingswereld van ouderen met dementie (70+).



Het station is te beluisteren via PC of tablet en zendt muziek uit gekoppeld aan het dagritme van ouderen binnen een zorginstelling of thuissituatie.

De programmering van het station bestaat uit een brede variëteit aan muziekgenres, die populair waren in de jaren 1945-1965. De service is beschikbaar op basis van een jaarabonnement.

#### Onderzoek

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat muziek een cruciale rol speelt bij de kwaliteit van leven van mensen met dementie. Belangrijk daarbij is dat de juiste muziek gedraaid wordt, die herkenning, plezier en ontspanning biedt en teruggrijpt op de jeugd en vroege volwassenheid van de doelgroep. Radio Remember voorziet in die behoefte.

Voorafgaand aan de lancering is Radio Remember een jaar lang getest in twintig huiskamers in drie verpleeghuizen van de Haagse zorgorganisaties Florence en WoonZorgcentra Haaglanden.

De resultaten van dit onderzoek laten zien dat 56% van de geïnterviewde mensen met dementie positief reageert op de muziek van Radio Remember zoals: 'Mooi!'; 'Fijn om naar te luisteren!' en 'Heerlijke muziek!'.

90% van de zorgmedewerkers en familieleden zijn eveneens positief over Radio Remember: 'Ik zie dat bewoners plezier beleven aan de muziek, ieder op hun eigen manier' en 'Mijn moeder zingt de liedjes uit haar jeugd moeiteloos mee'.

#### Dagritme

De programmering sluit aan bij het dagritme. In de vroege ochtend is de muziek kalm van aard (easy listening, klassieke piano muziek), terwijl rond koffietijd de muziek wat pittiger is (amusementsmuziek, hits e.d.). Op zondagochtend is de programmering verder aangepast en kan er naar psalmen, gezangen en klassieke muziek worden geluisterd.

#### Jaarabonnement

Radio Remember is zowel beschikbaar voor zorg- en verpleeginstellingen als voor mantelzorgers. Een jaarabonnement op Radio Remember kost voor zorg- en verpleeginstellingen € 120. De prijs voor mantelzorgers en particulieren is € 96 per jaar. Na aankoop van een abonnement ontvangt de klant via email een unieke inlogcode, waarmee via internet een jaar lang naar het station geluisterd kan worden.

Radio Remember is een initiatief van de Lectoraten Psychogeriatric en Informatie, Technologie & Samenleving van de Haagse Hogeschool in samenwerking met De Zaak Bakker, specialist op het gebied van muziek en communicatie.

Voor bestellingen en meer informatie over dit unieke station zie [www.radio-remember.nl](http://www.radio-remember.nl).

Email : [info@radio-remember.nl](mailto:info@radio-remember.nl)

Facebook : <https://www.facebook.com/RadioRememberNL>

# OPTIMISME VOOR EEN BLIJERE SAMENLEVING

Economie is niet moeilijk zo leert een nieuwe kijk. Deze ontdekking biedt meteen de mogelijkheid om het anders te doen. Zie hier de resultaten.

De maatschappij wordt door geld, regels en macht aangedreven. Het is 'een systeem' dat zijn grenzen heeft bereikt en gaat vastlopen zullen velen zeggen. Okay, maar kan het dan anders?

Het antwoord is ja. "Om te bereiken wat nog niet bereikt werd moet je dingen doen die nog niet gedaan zijn."

Hendrik Toets heeft het uitgezocht en geeft presentaties.

Met enkele dia's en korte films worden het verhaal en de antwoorden in simpele taal duidelijk gemaakt. Alle vragen zijn welkom.



Onderwerpen: Waarom zijn er tekorten, terwijl er genoeg kan zijn; Vechten voor een baan is niet meer nodig; Doet de overheid te veel of juist te weinig; De economische krachten, hoe zit dat; Verantwoord met 'moeder natuur' omgaan.

Hendrik, technisch geschoold, verbreedde zijn levensvisie door filosofie en spiritualiteit te bestuderen. Hij sprak economen en informeerde zich om de grotere maatschappelijke verbanden te kunnen gaan zien en schreef het boek "Blijje economie".

Enkele reacties op eerdere presentaties zijn:

- Het is verbijsterend om te ervaren hoe ons 'geldsysteem met schulden' voor zo veel onheil zorgt.
- Het is mij nu duidelijk dat de maatschappij door goede en foute prikkels worden bestuurd en dat je daar iets aan kunt doen; we zijn niet machteloos.
- De presentatie maakte mij bewuster, bijna holistisch.
- Dat er voor iedereen met of zonder baan een inkomen kan zijn, vind ik heel slimme oplossing voor het huidige werk- en inkomen-probleem!

**Blijje**  
**Econo**  
www.BlijjeEconomie.nl

**Nieuwe presentaties** zijn in onderling overleg af te spreken. Voor contact, zie hieronder:

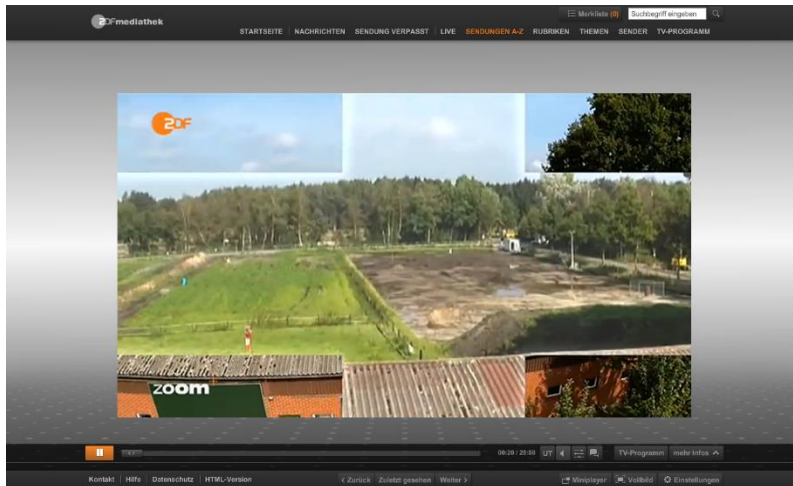
Overzicht: [www.BlijjeEconomie.nl](http://www.BlijjeEconomie.nl)

Contact: [Hendrik@BlijjeEconomie.nl](mailto:Hendrik@BlijjeEconomie.nl)

Nieuws: [Nieuwsbrief@BlijjeEconomie.nl](mailto:Nieuwsbrief@BlijjeEconomie.nl)

# TICKENDE ZEITBOMBEN

Onlangs kregen wij een mail van Anna van de Velde. Zij benoemt hierin de gevaren van de ondergrondse opslag van olie en gas in cavernen. Absoluut de moeite waard om hier kennis van te nemen!



Wat dacht U van ondergrondse cavernes (oude zoutholtes) die volgepompt worden met gasolie? Dit wordt zowel in Nederland als Duitsland toegepast.

Het systeem komt uit de USA, waar al enorme ontploffingen waren (zo werd verteld).

In Duitsland werd vervuiling door ruwe olie en lekkende cavernes getoond op 1 km van een woonhuis.

Zo was de reportage voor 3-4 maand op een Duitse zender.

Er werd in de reportage verteld dat de opslag van gas en olie alleen ten voordele van de industrie was in tijden dat de aardolie duurder werd.

**Men vergeet dat Moeder Aarde een levend wezen is...**

Wat bij een aardbeving? Ik las ergens dat die veroorzaakt werden door fracking.

Met vriendelijke groet,  
Anna van de Velde, Borgloon, België

Link naar het programma:

<http://www.zdf.de/ZDFmediathek/beitrag/video/2284986/ZDFzoom-Tickende-Zeitbomben#/beitrag/video/2284986/ZDFzoom-Tickende-Zeitbomben>

Als vervolg hierop kregen wij een mail van Bert van Tol:

*Hoi Anneke,*

*Naar aanleiding van een bezorgd neefje in Australië ben ik even op onderzoek uitgegaan.*

*Ik ontwaakte uit een mooie droom ...*

*Twee keer op vakantie geweest naar dat grote mooie land Australië, waar toeristen voorgehouden wordt dat dit land "The Protection of the Environment and Natural Life" hoog in het vaandel heeft...*



*Ik kwam o.a. dit filmpje tegen, waarin is te zien dat OOK Australië al op grote schaal Fracking toepast...*

*... en hoe ook in Australië politici en de industrie, de bevolking een loer draaien in hun jacht op het grote geld.*

*Teleurstellend in welk tempo onze aarde wordt aangetast.*

*Hartelijke groet,  
Bert*

<https://www.youtube.com/watch?v=ayhPNCUoQ7I>

---

Quote:

**Maak fouten, waag het erop, lijk dom;  
maar blijf in beweging, roest niet vast.**

**Thomas Wolfe**

---

**"SERENITY" CONCERT**

**PAUL VENS EN HERMAN VERHEIJEN**

**Verslag 23 juni 2015, GVA locatie Venray**

Het was een mooie drukke avond, waarbij 32 mensen zich verzamelden in onze zaal om naar het mooie Serenity concert van Paul en Herman te komen luisteren.

Voor mij was het gevoel een beetje dubbel. Het is mijn laatste avond voor Gezond Verstand, want ik heb met pijn in mijn hart besloten te gaan stoppen omdat ik er helaas geen tijd meer voor ga hebben. Ik ga het wel heel erg missen, het heeft me ontzettend veel gebracht in korte tijd. Het is zo mooi om te zien hoe veel mensen bezig zijn met bewustwording ieder op zijn eigen manier.

Ik heb mooie sprekers/spreeksters mogen ontmoeten met ieder hun eigen verhaal en achtergrond. Mensen die toch hun nek uitsteken en voor een volle zaal hun boodschap durven over te brengen. Het zijn toch meestal onderwerpen die je in het dagelijkse leven niet of nauwelijks hoort.

Het is mooi om te zien dat de bezoekers die er komen meestal ook geraakt worden en toch aan het nadenken gezet worden. Ik weet zeker dat ik wel met een been nog bij de Gezond Verstand Avond betrokken blijf. Er komen nog lezingen genoeg die super interessant zijn.



Elke keer leer je op een avond wel weer iets bij. Je merkt toch dat er steeds meer mensen ook bewuster worden.

Lia had er nog een mooi gedicht over voor dat de laatste lezing begon. (zie onderaan het verslag).

Want deze lezing als afsluiting van het seizoen in Venray was eens een keer een andere. Normaal gesproken hebben we sprekers/spreeksters die via hun lezing veel inhoudelijk te vertellen hebben.

Paul Vens en Herman Verheijen hebben dat ook! Maar door hun muziek was er op deze avond een ander bewustzijn.

De avond was zeer sfeervol en er waren veel bezoekers, die we eerder nog niet gezien hadden. Paul en Herman pakken met hun muziek de zaal binnen mum van tijd in.

Ze zetten een hele mooie sfeer neer en iedereen geniet en zit aandachtig te luisteren naar hun. Deze keer was er ook nog Sophie Blaeser bij, deze "beeldende" danseres maakte het geheel compleet.

Ik vond het een mooi afsluitend concert! Met veel gevoel en bewustwording. Het is mooi om te zien wat muziek kan doen.

Het was voor mij echt een goede afsluiting en ik weet zeker dat Lia dit mooie werk in Venray gaat voortzetten

Heel veel liefs,  
Anja Peters, GVA locatie Venray



Graag wil ik mijn beleving nog toevoegen aan die van Anja.  
Een concert zal je misschien niet zo snel verwachten op een GVA. Toch past dit er heel goed in, in ieder geval dit concert.  
Muziek, klanken, een stem, een dansbeeld, je kunt je er door laten raken, het kan zoveel met je doen.  
Paul, Herman en Sophie hebben ons laten genieten van een prachtig concert.  
Niet alleen hun muziek en spel zijn prachtig, maar ze zijn ook in staat om een heel fijne, serene sfeer neer te zetten.  
Mooi om te zien hoe afstemming en reactie op elkaar is.  
Leuk programma ook. Afwisselend qua sfeer en soms heel grappig!  
Dat maakt de serieuze ondertoon van de boodschappen toch ook weer heel licht.  
De dansbeelden bij een tweetal liederen waren heel verrassend. Sophie wist met veel gevoel "Cirkel" en "Vlinder" uit te beelden.  
Ik kan me voorstellen dat deze avond bij veel mensen in hun dagelijks leven nog doorwerkt.  
Dat ze even dat gevoel van innerlijke rust terug kunnen halen op hectische momenten.  
Dat hoop en wens ik, want dat is voor mij toch de essentie van de GVA.  
Volgens de woorden van Paul, Herman en Sophie was het een feest voor hun om in Venray te spelen. En de bezoekers, die waren allemaal erg enthousiast.

Voor jou Anja was het de laatste avond. Jammer dat je ermee stopt. Maar we zullen elkaar niet uit het oog verliezen.  
Dankjewel Anja voor alles wat je voor de GVA deed. Ik vond het heel fijn om met je samen te werken.

Lia Lucassen, GVA locatie Venray

(Hieronder nog het verhaal dat ik voorlas)

## **JE BENT EEN WONDER**

Om bewustzijn te ontwikkelen over jezelf  
is het helemaal niet nodig  
om naar een ashram in India, klooster in Nepal,  
tempel in China, of stiltecentrum waar dan ook te gaan.  
Je hoeft geen langdurige therapie te volgen,  
op zoek te gaan naar je innerlijke kind,  
je te bekeren tot de een of andere God,  
je kop kaal te scheren of je naam te veranderen.  
Allemaal overbodig, want waar je ook gaat of staat;  
je 'ZELF' neem je altijd mee.

De lessen van het leven worden je gratis aangeboden,  
24 uur per dag, 7 dagen in de week.  
Altijd hier en altijd nu, altijd precies waar jij bent.

Kijk naar de gekte in het verkeer,

observeer het gedrag van mensen in een supermarkt.  
Word je bewust van je gevoelens, je gedachten,  
je behoeftes, je overtuigingen, je gedrag.

Let op de woorden die je zegt, de dromen die je krijgt,  
de keuzes die je maakt, de mensen die je ontmoet.  
Lees boeken, luister naar muziek, bezoek een museum,  
maak een tekening, schrijf een gedicht.

Ga dansen, ga uit eten, laat je beminnen,  
lach, huil, zing, werk, bid, bewonder en in Godsnaam:

OPEN JE HART

Open je hart en heb lief, zo lief dat je pantser openbarst  
en je ware zelf tot bloei komt.

Hier, nu, op deze plek en op dit moment,  
want of je het geloven wil of niet...

JE BENT EEN WONDER

(bron: Edwin Ransijn)

---

## ONRUST

Wanneer je TV kijkt, naar de radio luistert of de krant leest, dan komt er een voortdurende stroom aan verontrustende berichten via alle zintuigen, je lichaam binnen...



Politieke onrust, want ja, die mensen moeten af en toe 'in beeld', financiële onrust en oorlog en geweld komen vrijwel dagelijks langs en hoe je ook je best doet om jezelf daaraan te onttrekken, het is onmogelijk om daar HELEMAAL aan te ontkomen.

Ik blijf het lastig vinden om te wennen aan al die onrust...

Soms voel ik mij in deze maatschappij net een schaap in een kudde die constant door honden naar de hoeken van het weiland

wordt gedreven... nooit een keer rust (nou ja, eventjes dan)...

Een deel van die rust kun je zelf creëren, simpel door radio en TV uit te zetten en geen krant te lezen, zodat de 80% van de narigheid die via deze media tot je zou komen, nu even langs je heen gaat...

De politiek vaart wel bij een onrustige wereld. Daarmee bevestigen zij hun eigen plek en houden de illusie hoog dat zij nodig zijn.

In een onrustige wereld verandert alles continu en bij het aanpassen van het volk aan al die veranderingen, verdient het bedrijfsleven een vermogen.

Men zegt nogal eens, 'die veranderingen zijn nodig om de wereld in beweging te houden', dat klopt ja, dat is wat het doet, tot in het extreme. Alleen is het overall een beweging de verkeerde kant op, een beweging waar mensen robots worden en robots mensen...

Waar ingezet wordt op materieel bezit, aanzien en "kijk mij nou".

Sinds de industrialisering worden mensen in competitie tegen elkaar opgezet met als ideaal WELVAART, terwijl de aarde en ons leefmilieu er aan onderuit gaan en het gevoel WELZIJN diep onder tafel wordt geschoven... als het aan de overheid ligt...

Gelukkig ben ik er zelf nog om daar mijn eigen draai aan te geven, maar toch ontkom je er niet aan onderdeel te zijn van deze "razende-wereld".

VPRO Tegenlicht laat nogal eens de andere kant van de medaille zien, zoals hier:

[http://www.npo.nl/de-herovering-van-het-nu-tegenlicht/04-09-2014/WO\\_NTR\\_619746](http://www.npo.nl/de-herovering-van-het-nu-tegenlicht/04-09-2014/WO_NTR_619746)

Bert van Tol



### **Colofon:**

Redactie: Anneke Bleeker / Frank Bleeker

Teksten: Anneke Bleeker / Frank Bleeker / Sander Quack / Gio Vogelaar - Sarah Morton - Peggy Schut / Column van Rob Hoogland / Anneke Fokkema / Hendrik Toets / Anna van de Velde / Bert van Tol / Anja Peters - Lia Lucassen

Foto's: Anneke Bleeker / Sander Quack / Gio Vogelaar - Sarah Morton - Peggy Schut / Anneke Fokkema / Hendrik Toets / Anja Peters - Lia Lucassen

#### **Kopij voor de volgende Nieuwsbrief?**

Geïnspireerd geraakt? Ook interesse om Gezond Verstand Avonden te organiseren?  
Andere vragen? Uit het bestand?

Mail Anneke: [Anneke@gezondverstandavonden.nl](mailto:Anneke@gezondverstandavonden.nl)