

Zesde Nieuwsbrief – 14.06.2011

Gezond verstand avonden

Juni. Als deze maand voorbij is zitten we alweer op de helft van het jaar. Deze maanden zijn in rap tempo voorbij gevlogen en dat komt bij ons mede ook door alle activiteiten met de GVA. Wanneer je agenda gevuld is heb je geen moment tijd om je te vervelen. Daarnaast mocht ik nieuwe locaties opstarten en kennis maken met personen die ook een interessant onderwerp behandelden en daardoor de gelegenheid krijgen dit landelijk of regionaal via de GVA te vertellen.

De locatiehouders maken zelf afspraken met sprekers; zij kiezen dus zelf het onderwerp waarvan zij denken dat dit interessant kan zijn voor de personen in hun omgeving. De sprekers die ik ontmoet komen weer op een lijst te staan waaruit gekozen kan worden en zo komen er vele personen en evenzoveel onderwerpen binnen handbereik van allen om te delen met weer meer vrienden, bekenden en onbekenden.

Er draaien nu vele locaties; elk heeft zijn eigen sfeer en eigenschappen. Er mochten al veel interessante onderwerpen van zeer uiteenlopende aard de revue passeren.

Op de website kun je bij de knop 'reacties' lezen wat zich onder anderen al heeft afgespeeld, dit is een greep uit de vele avonden die inmiddels georganiseerd zijn.

Terugkijkend op deze maanden kunnen we niet anders dan stellen dat we op de goede weg zijn en al velen hebben mogen inspireren.

Mensen inspireren kun je niet alleen dus door de locaties waar gemotiveerde personen achter zitten die dit ook willen dragen kom je gezamenlijk tot resultaten.

Er zijn momenten waarbij ik ook tevreden denk: 'kijk zo gaat het goed'.

Dat was bijvoorbeeld op 31 mei. Die avond vertelden Piet en Frodo van de Heidevlinder.nl hun verhaal in Zwolle.

Het verhaal over het kweken van groente als je medicijn. Daar was ik niet bij aanwezig. Zwolle draait al geruime tijd zelfstandig maar ik wist wel dat er ook personen uit Noord Holland heen waren gegaan om te luisteren.

Dat gaf mij een goed gevoel die avond, door iets te hebben opgestart waren elders mensen op een zinvolle manier met elkaar in contact om daar weer iets te leren.

Wanneer ik dan ook nog een verslag krijg aangeleverd met foto's welke wij zo in onze eigen GVA stijl kunnen verwerken dan is dat een cadeautje.

Dat verslag is verderop te lezen in deze nieuwsbrief. Maar het feit dat deze activiteiten er zijn zonder mijn aanwezigheid, dat geeft een positieve kick.

Het gebeurt nu vrij regelmatig dat er twee of zelfs drie avonden tegelijkertijd draaien. Kijk dat is mijn focus. Hoe meer hoe liever. Zelf start ik ze altijd twee keer op met mijn eigen onderwerpen. Overigens ga ik dit uitbreiden na de zomer met een presentatie over eetbare bloemen en planten uit je eigen omgeving.

Steeds nieuwe onderwerpen houden het spannend en zo trekken we een breder publiek naar ons toe.



Nadat ikzelf tweemaal geweest ben, zijn we dus ook letterlijk twee maanden verder en is het de bedoeling dat er steeds iemand anders zijn of haar verhaal komt vertellen.

Dan komen de goede tips, voorbeelden en handreikingen uit verschillende monden en zal de positieve boodschap sneller verspreid worden.

Laten we eerlijk zijn: we hebben allemaal behoefte aan opbouwende verhalen en aan optimistische vooruitzichten.



Waarschuwen is belangrijk maar via de goede verhalen gaan mensen ook inzien wat je dan beter kunt vermijden.

Hoe puurder je leeft, hoe bewuster je met je voeding omgaat, des te sneller komt het besef dat een pilletje of poedertje voor zogenaamd die ene kwaal niet echt een toegevoegde waarde heeft. Of het zalfje voor die andere kwaal. Wat te denken van vaccins?

Is het nu echt noodzakelijk baby's vanaf 1 oktober 2011 binnen 12 uur na de geboorte direct te vaccineren met het Hepatitis B vaccin?

Via de andere manier van denken, leven en er met elkaar over spreken komen velen ook tot het besef dat dit mogelijk allemaal niet goed is voor ons lichaam.

Dat komt nog directer over dan alleen maar vertellen dat alle vaccins uit den boze zijn, wat ik overigens blijf volharden en indien noodzakelijk ook blijf uitspreken.

Wie meer wil weten leg ik net zo gemakkelijk uit wat een vaccin aanricht in het lichaam en welke gevolgen het kan hebben.

Maar de nadruk bij de GVA ligt op goede verhalen, verpakt in gezellige avonden.

Een cadeau is leuk om te krijgen wanneer het gezellig is ingepakt. Maar met een strik er netjes omheen trekt het nog iets meer de aandacht.

De GVA is voor mij vergelijkbaar met die strik om de verpakking; het geeft energie en levert fantastische contacten op.

Met de locatiehouders ontstaat inmiddels een speciale band en ik heb al bij menigeen aan tafel gezeten voordat we de avond begonnen. Dank voor deze gastvrijheid en zonder jullie enthousiasme kunnen we dit niet van de grond krijgen.

Het blad Spiegelbeeld zal in het juli-/augustusnummer ook aandacht aan de GVA schenken. Hiermee kun je ook anderen weer inspireren.

Enkele locaties verzorgen in de zomermaanden nog een avond en velen gaan in de loop van augustus of september weer verder.

Wie wandelen wil in de bossen en duinen van Bergen kan zich melden. Het doel is om zo de gelegenheid te geven al wandelend te praten over die zaken die je bezig houden.

Velen hebben de ervaring dat het 'zo lekker kletst' als je wandelt, in de natuur bent. Dat je dan gemakkelijker je verhaal kunt uiten dan wanneer je op een stoel tussen anderen zit.

Hier geven wij gehoor aan en hebben deze activiteit in het leven geroepen. Op de site bij de agenda tref je een aparte vermelding hierover en datums welke daarvoor gereserveerd zijn.

Vorig jaar om deze tijd bestond er nog geen GVA. In oktober was dat een idee en nu geniet het landelijke bekendheid want we 'zwerven' het hele land door en wie interesse heeft ook zelf dit op maandelijkse basis te willen organiseren kan zich melden door een mail te sturen en dan krijg je de 'spelregels' toegezonden.

Het enige wat wij vragen zijn gemotiveerde mensen die niet na één of twee keer de handdoek alweer in de ring gooien maar van te voren weten dat zij dit echt eens per maand willen helpen organiseren om zo samen vele goede verhalen te kunnen verspreiden. Dan kunnen we groeien het land door en een saamhorigheid creëren.

* * *

Wie wil het uit de mond van echte artsen horen?

Wie de informatie alleen maar wil aannemen van artsen kan zijn of haar hart ophalen. Allereerst spreekt Dr. Frits van der Blom op 16 juni te Almere.

Dr. Jannes Koetsier spreekt op 23 juni te Sneek. Vervolgens kan er op 4 juli te Soest wederom geluisterd worden naar Dr. Frits van der Blom.

Vraag aan hen hoe zij over het cholesterolverhaal denken of over vaccinaties! Informatie vind je op de website bij de agenda onder 'GVA Avonden'.

* * *

Cholesterollezing

De maand juni biedt nog twee mogelijkheden voor de cholesterollezing. Op 22 juni te Voorschoten en op 29 juni te Anna Paulowna.

Alle gegevens m.b.t. de locatie en de adresgegevens zijn te vinden via de agenda. Kijk naar de plaats, de datum en klik op de aangegeven plaats voor de gegevens en alles zal duidelijk zijn.

* * *

Schoten 11 juni 2011

Afgelopen zaterdag 11 juni vond een 'Gezond verstand middag' plaats in Schoten. Schoten ligt voor ons uit Nederland net boven Antwerpen, een half uur onder Breda. Het klinkt verder dan het is en dat komt misschien omdat het in België ligt. Maar goed beschouwd is het voor iedereen te bereiken.



Dit evenement is ontstaan door de lezing die ikzelf in februari daar mocht geven. Dat was op uitnodiging van Nick van Ruiten.

Nick is Nederlander, woont in die omgeving en heeft met twee andere heren het boek van Dr. Lenkei met als titel: 'Censuur... Wat u niet mag weten over uw gezondheid' uitgegeven. Een inmiddels ook zeer bekend boek.

Nick wilde graag dat ik een lezing kwam geven over vaccinaties en die vond plaats op 12 februari.

Een lezing in een kasteel, dat was wel heel bijzonder.

Wat een prachtige locatie en zo gemakkelijk bereikbaar.

'Dit smaakt naar meer,' zeiden we na afloop.

Ellen Vader was ook aanwezig en dit was qua locatie meteen een gelegenheid waar dit gemakkelijker te realiseren was om zo gezamenlijk een activiteit van de grond te tillen.

Zo is de middag ontstaan voortvloeiend uit de lezing in februari en de GVA.

Het doel van de GVA is om zoveel mogelijk sprekers op vele locaties hun verhaal te laten vertellen. Dit hebben we op deze middag ook als uitgangspunt gebruikt. Diverse sprekers op één middag zodat de afwisseling van verhalen groter is maar de raakvlakken weer hetzelfde. Onze gezondheid!

Je wordt je hevig bewust van het feit dat wat in de supermarkten aangeboden wordt echt niet gezond is als je Magdalena S. Troch hoort spreken over kinderen en voeding. Deze gepassioneerde dame zette vele feiten op een rijtje. Als iemand anders het vertelt komt het weer anders over en bereik je gezamenlijk veel meer.

Zij wist helder te verwoorden dat onze kinderen de toekomst zijn en als we daar niet beginnen met een bewustwording dan slaan we de fundamentele basis over. Geven we hen voeding of vulling?

Ellen Vader kwam met handreikingen over de positieve invloed van magnesium naar aanleiding van het enige boekje dat op dit gebied is uitgegeven in ons land. Een Franse kinderarts was tot de conclusie gekomen dat magnesium een belangrijke invloed heeft en ingezet kan worden bij kinderen die zogenaamd



verplicht aan de ADHD medicijnen moeten, welke zeer veel negatieve invloed hebben. Deze zogenaamde medicijnen zijn een drug; zij vertroebelen de geest en wie deze als volwassen persoon slikt en tijdens het autorijden gecontroleerd wordt moet zijn rijbewijs 12 uren inleveren.

Deze middelen geeft men aan kinderen? Ellen wist helder uiteen te zetten wat er allemaal gaande was om zo een totaalbeeld te vormen.

Uitgeverij Succesboeken heeft een breed assortiment aan boeken die volledig in ons straatje passen. Het maakt niet uit welke titel je bekijkt, maar allen zijn waardevol. Het Magnesiumboekje lag op deze wijze op de boekentafel maar ook het boek over bijnieruitputting, dat is ook een verhaal waardoor bij velen de ogen geopend worden.

Klachten en kwalen waar niemand iets mee kan worden



opeens erkend en er zijn oplossingen voor. Diverse boeken op het gebied van onze gezondheid kunnen wij zo weer aanreiken aan hen die zoekende zijn. Neem het boek over water.

Water, hoe belangrijk is dat? Dr. F. Batmanghelidj, een Iraanse arts die velen heeft genezen door simpel water te laten drinken. Dit klinkt nu bijna als ongelooflijk, maar een waar gebeurd verhaal is dat hij tijdens zijn gevangenschap in Iran vele medegevangenen een dienst heeft bewezen door hen heel simpel water te laten drinken. Maagproblemen en andere ongemakken verdwenen en vanaf dat moment heeft deze arts zich daar helemaal op



toegelegd. Er zijn drie boeken verschenen en tevens heeft een Nederlander, Guido van Mierlo door eigen ervaring wijs geworden na het lezen van het eerste boek een kleinere uitvoering geschreven voor allen die wel deze kennis willen bezitten maar niet direct bereid zijn een dikker boek te lezen. Daar deze kennis van levensbelang is leiden er vele wegen naar Rome ook wat dit betreft en is alles voor handen, grote boeken, kleine boeken, dikke en dunne maar niemand kan zeggen niet bij de informatie te kunnen komen. Al deze boeken bleken in het kasteel van Schoten ook een succes te zijn en wij zijn blij dat Succesboeken.nl hier ook de medewerking aan verleend.



Dos Winkel wist ook allen te inspireren met zijn fantastische verhaal. Hoewel, de inhoud is om ernstig bij stil te staan maar de manier van presenteren inspireert allen.

Dos is onderwater fotograaf, oceaانبeschermer en auteur van vele boeken over de schoonheid maar ook de bedreigingen van de onderwaterwereld. Ik kan mij herinneren dat ik in november 2009 tijdens het Frontier Symposium mocht spreken te Amsterdam in hotel Krasnapolsky. Daar was Dos de eerste spreker. Drie kwartier lang, deze waren overigens veel te kort, maar drie kwartier wist hij mij te boeien en toen ik die avond thuis kwam was ik nog geraakt door zijn manier van presenteren en de inhoud van zijn verhaal. Zijn boek: 'Wat is er mis



met vis?' had ik gelukkig mee om zo nog wat meer te kunnen lezen.

Tijdens de middag in Schoten kwam het nieuwste boek aan de orde: 'Non*fish*a*li*cious' Hét visvervangende kookboek. Geen vis komt te pas aan de recepten in dit prachtige boek. Lisette Kreischer heeft dit boek met veel passie samengesteld. Lisette is dé trendsetter in ons land op het gebied van groen en bewust leven. Zij heeft al verschillende prijzen gewonnen, waaronder de Vegan Award en ze is Trendwatcher of the Year

2010 in de categorie duurzaamheid.

De volledige opbrengst van dit boek is voor de SEA FIRST FOUNDATION. Zij zijn actief in zowel Nederland als België. Deze keihardwerkende non-profitorganisatie kan deze financiële steun enorm goed gebruiken om hun doelstellingen na te streven.

www.seafirstfoundation.org

Nick van Ruiten vertelde over de misstanden in de farmacie, over de manipulatie en het feit dat supplementen en kruiden in de verkeerde hoek gedrukt worden. Weer op een andere manier kwam de boodschap zo ook weer voorbij en bleken wij elkaar



allemaal aan te vullen maar door de verschillende manieren van presenteren was het een dynamische middag.



Zelf heb ik wat praktijkervaringen verteld en het feit dat het zeer belangrijk is de informatie te blijven verschaffen over de vaccinaties die in grote getale op ons afkomen. Maar via positieve informatie komen we ook verder. Wat mijn cadeautjes zijn, zijn de mededelingen als iemand later vertelt dat de magnetron de deur uit is gegaan, of dat men anders is gaan staan tegenover medicijnen en niet meer de instelling heeft dat deze werkelijk tot de dood aan toe geslikt moet worden. Dat er een bewustwording komt ten aanzien van die gedragingen die klakkeloos in stand blijven als je het denkpatroon niet doorbreekt. Omdat 'kruidenvrouwtje' mijn zondagse naam is geworden heb ik via twee boeketten, geplukt uit de berm in Bergen, de zaal in het kasteel even de bloemensfeer



gegeven die niet mag ontbreken tijdens dergelijke middagen. Tevens gaf dit de gelegenheid te vertellen dat er veel in je omgeving eetbaar is en dat onwetendheid ons die weg verspert. Het is de hoogste tijd hier aandacht aan te gaan schenken, daarom sluit ik mij aan bij velen die hier al over spreken en zal ik dat ook gaan doen de komende tijden. Dan raak je niet in de stress door vermeldingen dat EHEC de komkommer, de taugé of andere spruiten mogelijk verpest. Angst is een slechte raadgever en er is genoeg waar wij ons mee kunnen voeden.

Bedenk dat in vroegere tijden de supermarkten niet bestonden en de kennis over dat wat om ons heen groeit zeer groot was.

Aan alle mooie dingen komt een eind, zo kwam dat ook aan de middag te Schoten. Met voldoening kijken wij erop terug en zien graag allen en meer op 3 september.

Dan zal in elk geval Leen Taal spreken over o.a. bloedanalyse, maar door overmacht kon hij absoluut op het laatste moment niet afgelopen zaterdag zijn verhaal komen vertellen. Maar we hebben direct de afspraak bevestigd voor 3 september.

In de loop van de tijd zal bekend worden welke sprekers er dan nog meer zijn opdat we weer een fantastische middag kunnen beleven.

Dank allen voor de belangstelling die er waren. Dank aan allen die hun steentje hebben bijgedragen en Ellen... jij komt weer uit zuidelijk Frankrijk en wij hebben zo onze vaste ontmoetingsmomenten in een heus kasteel! ;-)

<http://purefoodforchildrenfoundation.webs.com>

www.succesboeken.nl

www.seafirstfoundation.org

www.rechttopgezondheid.info

www.watunietmagwetenoveruwgezondheid.nl

www.gezondverstandavonden.nl

* * *

Quote:

**Wil je groeien tot grote hoogte?
Ga dan op de stapel boeken staan die je hebt gelezen**

Jim Rohn

* * *

De locatiehoudster van GVA Nibbixwoud legt uit...

Onderstaande tekst heeft Jacqueline van de locatie Nibbixwoud te Noord Holland ingeleverd, waar je op 16 juni van harte bent uitgenodigd om geïnformeerd te worden over dat wat haar passie is en waar zij al velen mee heeft geholpen.

Aanvang 20.00 uur/welkom vanaf 19.30 uur. Alle informatie staat op de site bij de agenda.

De kracht van Feng Shui

Zou het niet heerlijk zijn om in een huis te kunnen wonen dat aan al je wensen en dromen voldoet, dat helemaal bij je past?

Lukt dat bij jou niet zo in de praktijk? Dan kan het helpen om eens met andere ogen naar je huis te kijken. De chinezen, zeggen niet voor niets: **“Zoals je huis is, zo ben jij, en zoals jij bent, zo is je huis”**. Wanneer je benieuwd bent naar wat je huis over jou zegt en hoe dat nou zit met die lekkende kraan of dat toilet op de verkeerde (hoezo verkeerde?) plek, kan Feng Shui uitkomst bieden.

Laat je inspireren om je huis eens met andere ogen te bekijken.

Nine Star Ki wordt beschouwd als een van de oudste vormen van astrologie ter wereld. Zij is gebaseerd op de gedachte dat alles in de kosmos met elkaar verbonden wordt door een permanente onderstroom; Chi energie. Nine Star Ki biedt inzicht in de werking van deze energiestroom in jouw leven. Ze laat de rode draad zien die zich wil openbaren en waaraan je houvast kunt ontleen.

Nine Star Ki laat zien waar je uitdagingen (problemen) liggen, je talenten en kwaliteiten. Nine Star Ki biedt op vrij simpele wijze inzicht in de enorme hoeveelheid informatie waaruit een mens is opgebouwd.

* * *

Haarlem, donderdag 16 juni 2011

Uitgeverij Lemniscaat brengt het nieuwste boek uit van Dr. Hans Moolenburgh sr. met als titel: **‘U kunt meer dan u denkt’**.

Aanvullende maatregelen om kanker te helpen voorkomen en genezen.

Iedereen is welkom, de informatie staat op de site via onderstaande link.

<http://www.lemniscaat.nl/Volwassen/Mens%20&%20Maatschappij>

* * *

Verslag Gezond Verstand Avond Sneek, 12.05.2011

Mijn eerste GVA thuis.

Ik vond het best spannend moet ik eerlijk bekennen, helemaal omdat er op het laatste moment nog even een paar mensen afbelden.

Uiteindelijk had ik 6 gasten, dit was een mooi gevulde tafel en allemaal enthousiast. Guido heeft een duidelijk verhaal verteld, ik wist dat water belangrijk was maar nu weet ik ook dat het prachtig gereinigde water wat wij thuis altijd drinken juist schadelijk kan zijn omdat het weer mineralen afvoert doordat alles eruit gehaald is. Te schoon dus.

Met het Keltisch zeezout en een hoogstaand levensbewustzijn gaan we nu dus nog veel gezonder worden ☺. We zullen het beleven.

Ik heb ontzettend genoten tijdens de avond en het merendeel van de gasten heeft laten blijken dat ze vooral de sfeer erg prettig vonden en dat doet me goed.

Ook waren er een paar gasten die met waardevolle aanvullingen kwamen, hierdoor ontstond er na afloop een prettige interactie.

Froukje (een van de gasten) had haar watermeetapparatuur mee en de proef werd op de som genomen, met weerwoorden van Frank (ook een gast) die hier weer wat tegenwerpingen op had en ik moet zeggen, ik houd wel van een kritisch publiek. Zo kom je samen op mooie inzichten en wordt het een verhaal van iedereen. Iedereen mag zijn eigen waarheid hebben en ik voelde een wederzijds respect voor ieders mening.

Vol enthousiasme ga ik op naar de volgende GVA met Jannes Koetsier op 23 juni.

Simone Knol

* * *

Verslag Gezond Verstand Avond Zwolle, 31.05.2011

Gezondverstandavond in Gezondheidscentrum Kos te Zwolle.

Een avond verzorgd door Piet en Frodo Dekker van de Heidevlinder.

Na eerst kennis gemaakt te hebben met Piet en Frodo via de filmpjes op hun site: www.heidevlinder.nl, konden we ze nu live meemaken en dat was een waar genoegen.

Frodo blijkt een ras verteller die zijn vader, Piet, via wat steekwoorden zijn kennis liet delen met ons. Ze lieten ons proeven van kiemplantjes van o.a. rucola en waterkers, heerlijk. Daarna mochten we proeven van een rucola die al twee jaar bij hun groeide. En dat verschil proefde je, wauw wat een smaakexplosie.

Hoe dit alles tot stand komt lieten ze ons zien via een live plantdemonstratie. Via een kist met grond werd getoond hoe ze te werk gaan. Ze benadrukten telkens dat alles begint met een goede grond en daarmee gepaard, een goed bodemleven. Na het planten geef je water totdat de plant de groei te pakken heeft daarna mag de plant het zelf doen, wordt-ie groot en sterk van. Op de vraag, vanuit het publiek, of dat voor mensen ook geldt antwoordde Frodo; dat is 180 graden andersom want mensen staan niet met hun 'poten' in de grond, dus veel water drinken. De plant kan het zelf doen



als de omstandigheden goed zijn: geen zwarte grond zichtbaar, d.m.v. beplanting of fijngemalen stro. De grond wordt dan veel minder heet en houdt veel beter vocht vast. Vanzelfsprekend kwam ook de oerbacterie aan de orde.

Geweldig om te horen was hoe die oerbacterie tot stand gekomen is: via observatie in de



natuur hebben zei deze weten samen te stellen en het is samen met de gefermenteerde paardenmest die ze gebruiken een zeer belangrijk basis voor de smakelijke producten die ze uiteindelijk oogsten.

Er was een hele leuke interactie met het publiek. De gestelde vragen, werden door het duo met veel passie en kennis beantwoord. Ze hadden voor in de pauze een kom met een heerlijke salade bereid. En daar werd lekker van gesmikkeld.

Vreemd is niet dat ze voor hun afzet o.a. leveren

bij twee gerenommeerde restaurants. Dat is natuurlijk leuk maar hun grootste insteek is om de gewone mensen op het spoor te zetten van zeer voedzaam rijke groente.

Zo'n avond live meemaken is met de vele praktijkvoorbeelden van hun observaties een echte eye-opener.

Met een auto vol uit Noord-Holland was het die drie uur reizen dubbel en dwars waard.

Het gaat te ver om al het vertelde hier weer te geven, hun website is daarom zeer de moeite waard om te bezoeken. Je wordt er 'rijker' van, zowel in kennis en als je het toe gaat passen, in je gezondheid.

Een aanrader om een keer een avond met Piet en Frodo te bezoeken.



Co en Lia Keizer

* * *

Bijzondere weken

We gaan bijzondere weken tegemoet.

Zeker ook qua onderwerpen en sprekers op de GVA. Matthijs van der Stroom is in Beverwijk te beluisteren. Zijn advies is om zijn gratis aangeboden boek te downloaden voordat je deze avond bezoekt.

Richard was de GVA opgestart in het pand in Heemskerk waarin ook zijn bedrijf was gevestigd. Omdat dit een tijdelijke locatie was, worden de avonden voorlopig bij hem thuis gehouden in Beverwijk.

Matthijs zal voor het eerst op een GVA spreken maar ik weet dat hij in september ook naar Den Haag gaat. Die gegevens volgen nog.

Paul Blokker is al een bekende naam en oogst succes met zijn verhaal over energetisch kringloopboeren. Wie nu eindelijk dit goede verhaal echt wil horen kan zich melden bij Linda te Schagen op 23 juni.

Maar Theo Mulder spreekt ook over hoe belangrijk goede grond is om je eigen gewassen te kweken en iedereen in Friesland kan op 14 juni bij Frank en Carla luisteren in Burdaard. Een aanrader en ook Theo spreekt voor het eerst tijdens een GVA maar hem heb ik al mogen beluisteren in Wageningen op een speciale dag in oktober vorig jaar. Ik was meteen gecharmeerd van zijn manier van presenteren. Hij past helemaal in de 'GVA stal'. Nijkerkerveen zal ook te bezoeken zijn de 14^e, daar ben ik met Mariët Hauwert en afgelopen zondag te Den Haag was onze samenwerking ook weer succesvol te noemen gezien de reacties die wij kregen. Aan het eind van de maand gaan wij dit onderwerp nogmaals presenteren maar dan in Milsbeek.

Cathalijne Zoete is een dame die al redelijk vanaf het begin in ons mailbestand zit (voorjaar 2009). Cathalijne is ongelooflijk gedreven. Zij heeft op zondagmiddag 26 juni in Deventer een zaal gereserveerd om voor alle geïnteresseerden een informatiemiddag te presenteren. Zij benaderde mij daarvoor en ik kon onmogelijk nee zeggen, want hier *moet* je wel gehoor aangeven.

Samen zullen we een informatieve maar vooral ook positief ingestelde middag verzorgen. Dat is onze doelstelling. Welkom allemaal. Ook die gegevens staan op de agenda van de site. Purmerend draait voor de derde keer en Fred Zondervan uit Alkmaar zal die avond zijn verhaal vertellen naar aanleiding van zijn eigen ervaringen hoe hij de ziekte kanker heeft overwonnen met positief resultaat zonder het reguliere circuit.

Met andere woorden: een verhaal uit de praktijk en de vijf jaren die staan voor cruciaal, is Fred al voorbij. Het kan dus wel degelijk anders.

Via Fred Zondervan kun je informatie aangereikt krijgen wat mogelijk weer toepasbaar is of door te vertellen aan bekenden.

Nederweert zal ik zelf bezoeken op 28 juni. Petra Wilmsen is de locatiehoudster. Wij hebben elkaar ontmoet op de Onkruidbeurs. Hoe toepasselijk in het kader van dat wat zo belangrijk voor ons is. De natuur om ons heen.

Samen met Jasna Heesakkers vullen we de avond.

Graag tot ziens op een locatie of veel plezier met de andere sprekers die allemaal een sterk verhaal hebben om naar te luisteren.

Een verhaal dat past binnen de gedachte: 'Gebruik je gezonde verstand'.

* * *

Verslag Gezond Verstand Avond Sittard, 08.06.2011

MET ANDERE OGEN!

Vandaag 8 juni 2011 hadden we in het kader van de Gezond Verstand Avonden een wandeling samen met Bianca Kruijtz. Eerst kregen we de gelegenheid om Bianca's tuin te bewonderen. Waar we kennis maakten met keukenkruiden, geneeskrachtige, magische en zelfs liefdeskruiden. Een wandelaar proefde hiervan en de verschijnselen die dit kruid gaf laten we verder onbesproken. (hahahah!!!!)

We gingen op zoek naar eetbare planten (onkruid) in onze omgeving. Tot mijn grote verrassing bleek deze omgeving tevens de plek te zijn waar ik 13 jaar had gewoond. We keken naar de brandnetel en zijn kwaliteiten. Het slaan met brandnetels heeft een gunstig effect op reuma. Het heermoes en het duizendschoon, zuring, kamille en het herderstasje. De smalle en brede weegbree. De brede weegbree kon gekneusd worden ter verzachting van brandnetelprik en de smalle weegbree had zelfs een zeer bijzondere werking. Samen met honing in een pot afgedekt met bakpapier, een plankje en een steen erop in een kuil in de grond. 3 maanden laten rusten en bleek een uitstekende en vooral gezonde Strepsil.

Te gebruiken bij beginnende keelpijn. Er werd ook geproefd, als we zeker wisten dat het hondjesproof was. Dat dit niet altijd met gejuich werd begroet werd duidelijk toen een wandelaar zijn deel terug gaf aan de natuur.

Het was duidelijk dat iedere plant eetbaar was, alleen sommige maar heel kort en dat alertheid te allen tijde geboden is. Er kwamen meer onkruiden aan bod, maar daarvoor kan iedereen die nieuwsgierig is geworden zich wenden tot Bianca. Het was een heel gezellige wandeling die eindigde in Bianca's tuin, waar de avondrode gloed zijn prachtige glans over ons deed schijnen. We werden getraakteerd op een glaasje Prosecco met zelfgemaakte vlierbessensiroop. Enigszins rozig van de buitenlucht, avondrood en Prosecco verlieten we allen tevreden Bianca's prachtige tuin en keerden huiswaarts.



Met vriendelijke groet

Petra van den Boorn

* * *

Boekentip: 'NON*FISH*A*LI*CIOUS'

Lisette Kreischer / Dos Winkel

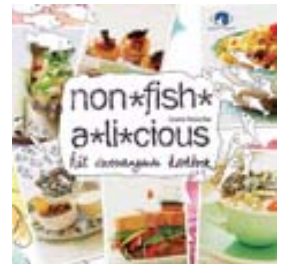
Oceanen zijn tot de grootste vuilnisbak ter wereld geworden. Tienduizenden gifstoffen vervuilen ook hun bewoners: vis gezond? Vergeet het maar! Lege oceanen, giftige vissen en andere zeedieren en veel dierenleed. Gelukkig komt al deze ellende steeds nadrukkelijker bovendrijven en verlangt de consument goede informatie en milieu- en diervriendelijke alternatieven voor het eten van vis.

Zo ging in mei 2010 de film Sea the Truth in première, op 16 januari 2011 door de website BlueBeat.org uitgeroepen tot één van de tien beste oceaandocumentaires van het afgelopen decennium. Centrale persoon in deze film is oceaanbeschermer Dos Winkel. Zijn conclusie: 'Onze vork is ons sterkste wapen tegen de overbevissing!'. Wetenschappers stellen dat als we de visserij wereldwijd niet onmiddellijk grondig hervormen, er tegen 2050 geen eetbare vis meer in de oceanen zwemt.

NON*FISH*A*LI*CIOUS van Lisette Kreischer is HET antwoord op de vraag hoe we de oceanen kunnen beschermen: een kookboek met 50 heerlijke, visvervangende, gerechten op plantaardige basis, onder het motto: 'De smaak van de zee, maar dan zonder vis!' Lisette: 'Ik bied duurzaamheid met een sausje. Ik draag uit dat duurzaam leven heel hip kan zijn – 'ecofabulous', zoals ik dat noem'.

Klik op onderstaande link voor een mooie video:

<http://www.youtube.com/watch?v=5cqCvcX7buo>



* * *

Colofon:

Redactie: Anneke Bleeker

Foto's: Anneke Bleeker en Co Keizer (GVA Zwolle) GVA Sittard: aangeleverd

Teksten: Anneke Bleeker / Jacqueline Portegies / Simone Knol / Co en Lia Keizer / Petra van den Boorn

Kopij voor de volgende Nieuwsbrief kan worden gezonden naar Ellen Vader, teamverontrustemoeders@yahoo.fr

Geïnspireerd geraakt? Ook interesse om Gezond Verstand Avonden te organiseren? Andere vragen? Mail Anneke:

Anneke@verontrustemoeders.nl

Geen Nieuwsbrief meer? Stuur even een miltje!

