

# **Mix van wit én zwart in donkere tijden**

AD/Algemeen Dagblad

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Sportwereld; Blz. 12, 13

**Length:** 940 words

**Byline:** LEX LAMMERS

**Highlight:** Zuid-Afrika staat vandaag voor de vierde keer in de finale van het WK rugby. Steeds meer zwarte spelers dragen het shirt van de 'Springbokken', jarenlang het symbool van de apartheid. Het succesverhaal verdringt, voor even, de grote sociaaleconomische problemen van de natie.

**Body**

Gemêleerde selectie van finalist Zuid-Afrika verdrijft armoede en verdeeldheid eventjes naar de achtergrond

Het is een iconisch beeld uit de mondiale sportgeschiedenis. Nelson Mandela, die in 1995 de Webb Ellis Cup uitreikt aan Francois Pienaar, captain van het Zuid- Afrikaanse rugbyteam. De president draagt met opzet het tricot van de 'Springbokken', zo lang het teken van de apartheid. In Johannesburg worden zwart en wit verenigd. De regenboognatie is wereldkampioen.

De memorabele triomf van Zuid-Afrika is opgetekend in de film Invictus. Met Morgan Freeman in de rol van Nelson Mandela en Matt Damon als Pienaar. De wereldtitel wordt veroverd vier jaar nadat de apartheid is afgeschaft. Een jaar na de eerste non-raciale verkiezingen in het land. Mandela gebruikt sport als bindmiddel in een totaal verscheurde natie.

Sindsdien is er veel veranderd aan de Kaap. In 1995 droeg slechts één zwarte speler het shirt van de Springbokken: Chester Williams, in 2019 overleden. Hij werd liefkozend 'De Zwarte Parel' genoemd, maar evengoed op racistische toon weggezet als de 'excuuskaffer'. De zwarte die voor de internationale bühne mee mocht doen met de witte elite.

Vanavond gaat Zuid-Afrika in Stade de France in Parijs opnieuw op voor de wereldtitel. Tegenstander is dan net als in 1995 Nieuw-Zeeland. En dan draagt een zwarte speler de aanvoerderband: Siya Kolisi. Dan razen Cheslin Kolbe en Kurt-Lee Arendse over de flanken. Kleurlingen. Zij strijden samen met sloophamers uit Nelspruit, Durban en Port Elizabeth, verankerd in de Nederlandse en Franse boerenachtergrond. Zoals Faf de Klerk, Pieter-Steph du Toit, Frans Malherbe, Duane Vermeulen en Franco Mostert.

**Mix van rassen**

De selectie van bondscoach Jacques Nienaber telt deze wereldbeker veertien gekleurde spelers. In een groep van 33 man. Ze zijn zwart of van gemengd ras. In alles komt daarmee de ontwikkeling van het rugby na de afschaffing van de apartheid in Zuid-Afrika tot uiting. Langzaam maar zeker breken steeds meer zwarte topspelers door bij de Bokken.

,,Als je naar dit team kijkt, dan is dit echt de regenboognatie'', stelde legende Pienaar voor het WK. ,,Een reflectie van het moderne Zuid-Afrika. Het hele land leeft ook mee. In 1995 waren, denk ik, 4 tot 5 miljoen Zuid- Afrikanen rugbygek. Nu zijn dat 60 miljoen mensen."

De politiek heeft daarin een hand. Het apartheidsregime gebruikte rugby jarenlang om de verschillen tussen rassen te benadrukken, de regeringen later bevolen dat de Springbokken een mix van rassen moest zijn. Een afspiegeling van de maatschappij. Daarvoor werd een quotumregeling ingevoerd. Elke bondscoach moest een verplicht aantal niet-blanken selecteren. Dat was nog best lastig, talent stond nu eenmaal niet zomaar klaar, en riep onder de witte rugbyfans ook alom weerstand op. Het compromis zou de Bokken verzwakken.

Dat vervolgens Brian Habana tot volle wasdom kwam, als de zwarte vedette van de wereldkampioen in 2007, was daarmee een zegen. En nu, bijna drie decennia later, is het quotum niet zozeer het thema. In 2019 werd Zuid-Afrika weer wereldkampioen. Voor de derde keer. Met Kolisi al als aanvoerder en Kolbe als ster.

Rugby brengt Zuid-Afrika anno 2023 in vervoering. Natuurlijk is de zwarte bevolking nog altijd voetbalgek. Daar zijn vooral Orlando Pirates en Kaiser Chiefs het onderwerp van gesprek. Maar ook in de townships wordt tegenwoordig volop rugby gespeeld. Voor enthousiast publiek. En Kolbe en Kolisi zijn nu nationale helden, die samen met De Klerk en de reus Eben Etzebeth op posters in de winkelcentra prijken. ,,We zijn een team van verschillende rassen, maar op het veld zijn we één. Eén land", zegt Kolisi voortdurend.

Staan de Springbokken er zo gekleurd op, Zuid-Afrika beleeft donkere tijden. De regenboognatie gaat gebukt onder een hoge werkloosheid. Die bedraagt 32 procent van de beroepsbevolking. De criminaliteit tiert welig en moordpartijen zijn zowat aan de orde van de dag. Daarbij is er nog het wonderlijke fenomeen van load shedding. In Zuid-Afrika wordt de elektriciteit elke dag voor meerdere uren afgesloten. Zit een heel land dus zomaar in het donker.

In Zuid-Afrika heerst ook honger en armoede onder grote delen van de bevolking en zijn er schandalen in regeringskringen. Door corruptie en zelfverrijking. Voormalig president Jacob Zuma, jarenlang leider van de ANC, heeft met vrienden zo'n 29,5 miljard (!) euro verduisterd. Mandela zou zich omdraaien in zijn graf.

**Verdeeldheid**

De apartheid mag daarbij ook zijn afgeschaft, maar de verdeeldheid borrelt in Zuid-Afrika nog absoluut onder de oppervlakte. Met nog steeds financiële ongelijkheid, maar ook omgekeerd racisme. Dat de witte Afrikaners, in hun beleving, worden achtergesteld.

Vanavond telt dat alleen allemaal niet. Dan is er geen load shedding in Zuid-Afrika. Overal zal de finale worden bekeken. In de steden, de dorpen en de rijke 'witte' buurten, omgeven door muren met prikkeldraad. In de townships. Van Johannesburg en Kaapstad, tot Durban en pakweg Hermanus.

,,Wij strijden voor het land", zegt Kolisi. ,,Het gaat niet om ons op het veld. Het gaat om de mensen thuis en wat die ons geven. Velen kunnen zich de reis naar Frankrijk niet veroorloven, maar ze leven ontzettend met ons mee. We ontvangen video's, scholen zingen voor ons. De steun is fenomenaal."

De Bokken gaan zo op voor hun vierde wereldtitel. Voor een herhaling van 1995, 2007 én 2019. Met ditmaal Kolisi als iconische captain. Een zwarte reus in een ooit door witte Afrikaners gedomineerde sport in het land. Dat is in elk geval niet meer zo.

Als je naar dit team kijkt, dan is dit echt de regenboognatie

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 12, pagina 13

**Graphic**

Zuid-Afrika luistert naar het volkslied voor het duel met Engeland. De selectie is nu een mix van zwarte en witte spelers.

Siya Kolisi (vallend, met haarband) in de halve finale tegen Engeland.

1995: Zuid-Afrika klopt Nieuw-Zeeland in de WK-finale. Het winnende team kent maar één zwarte speler.

Aanvoerder François Pienaar ontvangt vervolgens de wereldbeker uit handen van de iconische president Nelson Mandela.

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Lex Noteboom zei dikbetaalde baan op om thriller te schrijven en wordt nu tot in VS geroemd: ’Het slaat nergens meer op’; ’Moest mezelf bewijzen dat ik niet aan waanidee lijd’**

De Telegraaf.nl

28 oktober 2023 zaterdag 5:00 AM GMT

Copyright 2023 Mediahuis Nederland BV All Rights Reserved



**Section:** ENTERTAINMENT; CULTUUR; ENTERTAINMENT; FRONTPAGE

**Length:** 889 words

**Byline:** Bernice Breure

**Body**

Het succes van zijn boek De man met duizend gezichten overstijgt zo langzamerhand de term ’droomdebuut’. „Het begint nu echt nergens meer op te slaan”, stelt Lex Noteboom (36) met een lach. Zijn thriller wordt ook in Groot-Brittannië en de Verenigde Staten uitgebracht, net als de bijbehorende podcast.

Een grappige, maar aangename bevestiging dat het wellicht toch niet zo’n roekeloos besluit was zijn dikbetaalde baan bij een reclamebureau op te zeggen vond hij in zoekdata van Google. ’Waar ligt Kazichië’, bleek een populaire zoekterm. In deze fictieve voormalige Sovjet-staat speelt Notebooms thriller De man met duizend gezichten zich af.

„Ik had belachelijk veel voorwerk gedaan: een landkaart uitgewerkt en een cultuur bedacht. Het komt niet zo gedetailleerd naar voren in het boek. Maar ik wilde er met zoveel vanzelfsprekendheid over schrijven dat je als lezer denkt: ’oh, het zal wel aan mij liggen dat ik het bestaan van dit land compleet gemist heb’.”

Obsessie

Noteboom studeerde moderne geschiedenis en werkte tot vijf jaar geleden als merkenstrateeg. „Ik was nog heel jong toen ik met mijn vader op tv een item zag over Annie M.G. Schmidt. Ik vroeg: ’schreef zij de hele dag verhalen?’ Mijn vader vertelde over haar werk. Het idee dat verhalen bedenken je vak kan zijn deed een bom in mijn hoofd ontploffen. Eigenlijk werd het een levenslange obsessie.”

Hij schreef een stuk of zes, naar eigen zeggen hele slechte manuscripten. „Nu weet ik dat dat vingeroefeningen waren. En je moet eerst levenservaring opdoen. Af en toe staat er een wonderkind op die op z’n 22e de volgende literaire sensatie blijkt. Maar ik denk dat de meeste schrijvers eerst op geluk, pijn, liefde en verdriet moeten kauwen.”

Toen het schrijven ’wel ergens op ging lijken’ diende zich de volgende vraag aan. „Hoe bestorm ik dat bastion van Nederlandse uitgeverijen? Ik volgde de opkomst van de fictie podcast, eigenlijk vergelijkbaar met het ouderwetse hoorspel, in Amerika. Toen bedacht ik dat dit een manier kon zijn om mezelf in de kijker te spelen. Ik zag het schrijven van zo’n audioverhaal als truc om niet tussen al die andere manuscripten in de slushpile van uitgeverijen te belanden. Ik zei mijn baan op, al was het financieel spannend.”

Vader

Noteboom, die met zijn vrouw in Bussum woont, werd in die tijd ook nog vader. „De podcast was zoveel werk, ook omdat alles zo dicht mogelijk bij nul euro moest worden gedaan.” Het Engelstalige The Deca Tapes, inmiddels zo’n miljoen keer beluisterd, werd onder meer genomineerd voor de wereldwijde Webby Awards. In Nederland bleef het angstvallig stil, vertelt Noteboom. Tot De Telegraaf aandacht besteedde aan zijn kans op de ’internet-Oscar’. „De publiciteit kwam op gang en uitgeverijen nodigden me uit mijn ideeën voor een boek toe te lichten.”

Lex Noteboom in race voor ’internet-Oscar’ | Cultuur | Telegraaf.nl

Omdat zijn alles-of-niksstrategie tot nu toe goed had uitgepakt, besloot de auteur bij A.W. Bruna van al zijn ideeën meteen z’n meest ambitieuze plan te pitchen. „Ik had een artikel gelezen over de Syrische president Assad. Die volgde ooit in Londen een opleiding tot oogarts en leefde in een wereld die heel dicht bij ons staat. Tot hij een belletje kreeg dat zijn broer dood was en hij zich moest melden in Syrië. Hij liet zijn leven in Europa uit zijn handen vallen en is later in het nieuws gekomen omdat hij zenuwgas heeft ingezet. Ik vond dat een enorm interessante karakterontwikkeling. En vroeg me af: stel je voor dat het je man is. Dat werd het idee voor mijn boek. Je volgt een Nederlandse vrouw die getrouwd is met een Kazichiër die zijn land moet leiden als zijn broer sterft.”

De uitgeverij ging akkoord op voorwaarde dat Noteboom er een podcast bij zou leveren. Dat werd De vrouw met duizend gezichten. „Ik vond dat het een losstaand verhaal vanuit een ander perspectief moest zijn.”

’Onwerkelijk’

In drie jaar tijd werkte hij aan beide projecten, vanzelfsprekend niet louter jubelend van geluk achter de computer. „Soms dacht ik dat ik een te grote broek had aangetrokken met het plot. Ik hou van thrillers die het genre oprekken. Want ’pagina één: er is iemand dood, pagina 120: het was de butler’ kennen we nu wel. En niemand heeft dat beter gedaan dan Agatha Christie. Het moest héél anders.”

Je schrijft continu op tegen het gevoel dat je jezelf aan het overschatten bent, zegt hij. „Ik moest steeds mezelf bewijzen dat ik niet aan een waanidee lijd. Er is een stem die zegt: waar slaat het op dat je denkt dat iemand hier geld voor gaat neertellen. En dat je tijd in beslag mag nemen van iemand die jou helemaal niet kent en op het strand ligt.’ Tegelijkertijd is het schrijven superverslavend. Soms kijk ik even op de klok en is het al vier uur later.”

Nog voordat De man met duizend gezichten in Nederland van de band rolde, werden de rechten door een Britse uitgeverij gekocht. Vorige week zette hij zijn handtekening onder een deal met de VS. „Engeland was al ongelooflijk. Niemand kent mij daar, dus de keuze is puur op de inhoud. En Amerika, dat is echt onwerkelijk.” De vrouw met duizend gezichten zit met nog slechts één ’tegenstander’ in de eindstrijd van de Lovie Awards voor beste fictie podcast van Europa. En de show is de meest genomineerde podcast bij de Dutch Podcast Awards dit jaar. Noteboom, met een lach: „ Het begint nu echt nergens meer op te slaan.”

**Graphic**

Image, Lex Noteboom zei zijn goedbetaalde baan in de reclame op om schrijver te worden. Naast zijn boek, bracht hij een fictie podcast uit, die nu genomineerd is voor een belangrijke prijs., Nathalie Dekker

**Load-Date:** October 29, 2023

**End of Document**



**'Er is niets engs aan psychische problemen'**

AD/Algemeen Dagblad

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Magazine; Blz. 24, 25

**Length:** 895 words

**Byline:** MARIEKE POELMANN

**Highlight:** Al jaren zoekt Aefke ten Hagen (48) naar manieren om met haar bipolaire stoornis om te gaan. Ze schreef er meerdere boeken over, voor zowel volwassenen als kinderen. In Je gaat toch geen gekke dingen doen geeft ze praktische adviezen. 'Ik wil het onzichtbare zichtbaar maken.'

**Body**

Voor het slapen geen schermtijd, regelmatig sporten en elke dag op dezelfde tijden opstaan en naar bed. Het zijn leefregels die op veel mensen een positief effect hebben, maar voor iemand met een bipolaire stoornis kunnen ze echt het verschil maken. Bij bipolariteit heb je te maken met heftige stemmingswisselingen: hoge pieken en diepe dalen. Niet zomaar een vrolijke bui en een dipje, maar lange episodes van zware depressie, afgewisseld door een manische staat van zijn.

'Bij een depressieve episode kan ik vaak mijn bed niet uit komen, is een glas drinken uit de koelkast pakken al te veel, en zie ik in het ergste geval het leven niet meer zitten. Ik bedenk de meest vreselijke scenario's: omdat ik me ziek moet melden verlies ik vast mijn baan, dan worden de kinderen bij ons weggehaald en uiteindelijk belanden we op straat. Een manie is het andere uiterste: ik voel me geweldig en denk dat ik de hele wereld aankan. Het lijkt een beetje op verliefdheid. Maar het vliegt vaak uit de bocht: ik verf mijn haar ineens roze, wil elke avond op stap en koop allerlei spullen die ik niet nodig heb. Toen ik nog student was, heb ik bijvoorbeeld in een manische episode een cabriolet gekocht terwijl ik nauwelijks genoeg geld had voor een treinkaartje.'

Soms worden er bij Ten Hagen thuis ineens allerlei dozen met nieuwe kleren en schoenen bezorgd. Dan weet ook haar omgeving dat het niet zo goed gaat. 'Ik heb het voorrecht dat ik niet alleen woon. Ik ben al bijna twintig jaar samen met mijn man die mij onvoorwaardelijk steunt. We hebben twee prachtige zoons van acht en tien die mij inmiddels ook helpen. 'Mam, heb je nou alweer nieuwe schoenen gekocht?' zeggen ze dan. Het helpt om apps als Zalando en Vinted van mijn telefoon af te gooien, dan is de drempel hoger om iets te kopen en is de impuls vaak alweer verdwenen voordat je alles hebt ingevuld.' Ook houdt Ten Hagen een zogenoemde life chart bij: een schema om je stemmingen bij te houden. 'Dan hoef je niet steeds het wiel opnieuw uit te vinden en kun je letterlijk zien wanneer je somber was en wanneer niet.'

De diagnose 'bipolaire stoornis' kwam pas op haar dertigste, maar vanaf haar veertiende waren er signalen. Haar moeder herkende de heftige stemmingswisselingen bij haar dochter, mede omdat de vader van Van Hagen ook leed aan wat toen nog een manische depressie werd genoemd. Toch werden die vermoedens niet met Aefke zelf gedeeld. 'Mijn vader wilde mij behoeden voor het stigma dat in die tijd nog heel erg rondom psychische ziektes hing. Ik werd ouder en kreeg steeds meer last van pieken en dalen. Als ik hyper of manisch was, dan vond ik zelf dat ik geen probleem had; ik voelde me immers goed. Maar de depressies waren zwaar. Daar heb ik wel hulp voor gezocht, maar we kregen niet goed in kaart dat ik daarvoor vaak hyper was geweest. Achteraf had het veel eerder vastgesteld kunnen worden. De diagnose heeft me wel geholpen; als je weet wat je hebt, kun je er beter mee leren leven.'

Ze heeft zichzelf aangeleerd het tegenovergestelde te doen van waar ze toe geneigd is. 'Als ik 's avonds op de bank wil hangen, moet ik juist naar buiten want dat is bij mij vaak een teken van somberheid. Maar als ik elke avond in de kroeg wil hangen, is die bank weer niet zo'n gek plan en heb ik tools nodig om meer rust te vinden.'

Aefke Ten Hagen slikt permanent medicatie en vindt het vooral voor haar man en kinderen moeilijk dat ze soms anders is dan ze zou willen zijn. 'Afgelopen zomer was ik hyper en elke avond van huis. Mijn kinderen werden daar boos om. Het lukte me niet de rust te vinden om ze 's avonds naar bed te brengen. Als je manisch bent, wil je dat alles snel gaat. Bij het tandenpoetsen dacht ik dan 'schiet nou toch eens op.' Dat vind ik achteraf zielig voor ze. En de extreme dalen zijn ook naar voor ze. Wie wil er nou een moeder die niet uit bed komt of hele dagen in haar badjas rondloopt?'

Voor Ten Hagen en haar man is openheid de beste manier om hun kinderen bij de ziekte van hun moeder te betrekken. 'Je kunt met kinderen overal over praten, als je het op hun niveau doet. Vaak reageren ze dan heel normaal. Na een depressieve episode heb ik voorgelezen in de klas van mijn zoon uit Mijn moeder kookt soep van tafelpoten - mijn kinderboek over opgroeien met een moeder met een bipolaire stoornis. De vragen die de kinderen na afloop stelden, waren dingen als: 'Waarom staat er een poes op de voorkant?' of: 'Heeft u dit boek op de computer of met de hand geschreven?' Maar ook: 'Is dit waargebeurd?' Wij denken als volwassenen vaak dat dingen te heftig zijn voor kinderen en zijn geneigd het bij ze weg te houden. Mijn ervaring is dat kinderen aannemen wat je ze vertelt en vervolgens vaak uit zichzelf vragen stellen over de dingen die hen bezighouden.'

Schrijven over psychische kwetsbaarheden is voor Van Hagen een belangrijke missie, ook naar volwassenen toe. 'Je hoeft niet geheimzinnig te doen over psychische problemen. Er is niets engs aan. Ik wil lezers graag meegeven dat ze niet bang hoeven te zijn voor mensen met een psychische aandoening. Een oordeel is zo geveld, dat is jammer. Je kunt beter het gesprek aangaan. Door dat wat onzichtbaar is zichtbaar te maken, hoop ik dat het stigma rondom psychische aandoeningen minder wordt.'

Je gaat toch geen gekke dingen doen is verschenen bij Pepper Books € 19,99

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 24, pagina 25

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Bennekom 2 speelt thuis gelijk tegen Hierden 2**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 12:50 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 124 words

**Byline:** Automatisch bericht

**Body**

Bennekom 2 en Hierden 2 hebben zaterdag de buit gedeeld in de 1e klasse. Het duel eindigde in 1-1.

Bennekom staat na deze wedstrijd op de vijfde plaats met 7 punten, terwijl Hierden 2 de nummer 12 is met 4 punten. In de laatste vijf wedstrijden heeft Bennekom twee overwinningen behaald, één keer gelijkgespeeld en twee keer verloren, terwijl Hierden één overwinning, één gelijkspel en drie nederlagen heeft. Volgende tegenstander voor Bennekom is NSC Nijkerk. De teams spelen tegen elkaar op zaterdag 4 november om 11.45 uur op Sportpark De Burcht.

Dit bericht is geautomatiseerd gepubliceerd op basis van voetbaldata van de KNVB. Wil je jouw naam ook terug kunnen lezen in dit soort verslagen? Geef ons dan toestemming in de app van Voetbal.nl.

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Pierre en Liesette zijn gaan houden van hun Oekraïense vluchtelingen: ‘We zijn niet alleen op de wereld’**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 09:51 AM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 1130 words

**Byline:** Dennis Greijn

**Body**

De opvang van Oekraïense oorlogsvluchtelingen knelt. Er zijn in het land snel meer opvangplekken nodig. Het stel Pierre Weerts en Liesette Buskens uit Haps biedt thuis al ruim een jaar een jonge moeder met klein kind en haar schoonmoeder onderdak. ,,Ja, we leveren privacy in”, ,,maar krijgen er veel voor terug.”

Als Pierre Weerts het over Olesya heeft, de peuter van 2,5, spreekt hij liefkozend over ‘het vijfde kleinkind’. Als de kleine Olesya ’s ochtends haar vrolijke snoet en kleine handjes tegen de pui drukt, is Weerts’ dag eigenlijk al geslaagd.

,,Ze is een schatje, altijd goedgemutst. Ik ben gaan houden van deze mensen”, zegt de 66-jarige inwoner van Haps. Behalve aan de kleine Olesya, bieden Weerts en zijn vrouw Liesette Buskens sinds augustus vorig jaar ook onderdak aan moeder Maryna (26) en haar schoonmoeder Alla (52), gevlucht voor de oorlog in Oekraïne.

,,Mensen in nood help je gewoon”, zegt Buskens (60). ,,Wat als het omgekeerd is? Hoe blij ben je zelf dan wel niet met alle hulp.”

Veilige plek

Nee, lang hoefde het stel niet na te denken toen vorig jaar via de tv de verschrikkelijke oorlogsbeelden uit Oekraïne ook doordrongen in Haps. Buskens: ,,Als je dan die grote vluchtelingenstroom ziet, denk je, dat kan niet waar zijn. Pierre en ik waren het heel snel erover eens: wij moeten helpen. Hier kunnen we ze een veilige plek bieden.”

Weerts: ,,In onze achtertuin hebben we een huisje staan. Ooit als soort van mantelzorgwoning gebouwd. Die diende tot vorig jaar augustus meer als, noem het, luxe opslag. Onder meer voor onze fietsen.”

Toen we hier in Haps jaren geleden ons eigen huis bouwden, had ik één voorwaarde: een grote keuken. Iedereen moet kunnen aanschuiven

Buskens: ,,We zijn niet alleen op de wereld. De wereld is groter dan ons eigen huis, dan ons eigen ik. Daar hoort, vinden we, ook zorg bij voor mensen om je heen. Toen we hier in Haps jaren geleden ons eigen huis bouwden, had ik één voorwaarde: een grote keuken. Iedereen moet kunnen aanschuiven. Daarom hebben we ook een lange tafel.”

Dat zorgzame van de twee komt niet uit de lucht vallen. Buskens heeft onder meer sociaal werk gedaan. Ze heeft nu een eigen praktijk in de psychosociale hulpverlening.

De inmiddels gepensioneerde Weerts heeft 33 jaar gewerkt in de Nijmeegse jeugdgevangenis De Hunnerberg, onder meer als groepsleider en gezinstherapeut.

Jeugdgevangenis Charkov

Via een oud-collega van Weerts bij De Hunnerberg is ook het contact ontstaan met Maryna’s familie. ,,In 2000 zijn we met de Hunnerberg op uitwisseling geweest naar een jeugdgevangenis in Charkov. De man van Alla, Vadim, werkte daar ook. Een oud-collega van mij in Nijmegen heeft nadien altijd contact onderhouden met Vadim.”

Al snel na het uitbreken van de oorlog vonden Vadims vrouw Alla, schoondochter Maryna en de toen pas 9 maanden oude Olesya onderdak in Nijmegen. Maar het tijdelijke onderdak in een niet te groot huis in de Waalstad was niet ideaal, zeker niet voor langere tijd. Zo kwam ‘Haps’ in beeld.

Weerts en Buskens beseffen dat ze makkelijker praten hebben met een huisje in de achtertuin dan iemand die drie-hoog in een flatje woont en ook graag oorlogsvluchtelingen wil helpen. ,,We realiseren ons deze luxe. Maar we willen dan ook daadwerkelijk iets doen, iets betekenen.”

Kippen en bijen voeren

Of ze na ruim een jaar hun buitenlandse gasten niet liever zien vertrekken? Helemaal niet, zeggen ze. Ja, je levert privacy in, zegt Weerts. ,,Maar het zijn zulke lieve mensen.” Buskens: ,,Je krijgt er ook veel voor terug. Contacten, dankbaarheid ook. We voeren ook samen onze kippen en bijen. Het doet jezelf ook weer beseffen hoe goed we het hier hebben, waar we in vrijheid kunnen leven.”

Buskens heeft Maryna in Haps nog fietsen geleerd. In Oekraïne behoort fietsen niet tot het dagelijkse straatbeeld. ,,Dat fietsen ging niet vanzelf”, zegt Buskens lachend. ,,We hebben samen wat blauwe plekken overgehouden van valpartijen. De filmpjes vormen het bewijs, haha.”

Maryna kan er ook om lachen. Terwijl er natuurlijk niet veel te lachen valt momenteel. Haar man, die ook Vadim heet, is evenals haar vader en broer achtergebleven in Oekraïne. Haar eveneens gevluchte moeder en zus wonen nu tijdelijk in Duitsland, in de buurt van Hannover.

De eerste stapjes van ons dochtertje heeft mijn man niet kunnen meemaken. Hij heeft dit later teruggezien op doorgestuurde filmpjes

Vadim werkt in de beveiliging in Charkov. ,,We bellen veel. Facetimen ook. Zo kunnen we elkaar nog zien”, zegt Maryna. Een familiefoto met manlief en hun dochtertje, toen nog in de kinderwagen, staat op een schap in het keukentje in haar tijdelijk huisje.

Als ze vertelt over Olesya’s eerste stapjes in het Brabantse land, raakt ze geëmotioneerd. ,,Die heeft mijn man niet kunnen meemaken. Hij heeft dit later teruggezien, op doorgestuurde filmpjes.”

Koksopleiding

De 26-jarige Maryna volgde in haar thuisland een koksopleiding. In Haps heeft ze alweer even een baan bij cafetaria-zaal De Posthoorn. Daar werkt ze in de keuken. Ze kan inmiddels het Nederlands aardig volgen en spreekt zelf een paar woordjes.

Ook al heeft ze in ‘Ons Huuske’, hun tijdelijke huisje waaraan het blauw-geel hangt van Oekraïne, een eigen keukentje, wc en douche, bedden én een speelhoekje voor haar dochtertje, en heeft ze het, zegt ze, goed bij Pierre en Liesette, wil ze maar één ding: terug naar Oekraïne. Naar haar man en andere achtergebleven familie. Maar dan moet de oorlog toch echt eerst voorbij zijn.

Nu is het in de grote stad Charkov, in het noordoosten, niet ver van Rusland, veel te gevaarlijk om een kleine meid als Olesya op te laten groeien.

Opvang knelt

Land van Cuijk bekijkt of er nog tientallen vluchtelingen extra uit Oekraïne kunnen worden opgevangen in het voormalige asielzoekerscentrum in Overloon. Daar vinden nu al bijna vijfhonderd Oekraïners onderdak.

Ook zoekt de gemeente nieuwe gastgezinnen voor opvang thuis van vluchtelingen, die nu nog bij gezinnen elders in de gemeente wonen. In Land van Cuijk verblijven nu 69 Oekraïners in de particuliere opvang, verdeeld over 35 huishoudens. Het begint her en der te knellen.

Dat geldt voor de opvang van Oekraïense vluchtelingen in heel het land. De 25 Veiligheidsregio’s zijn opgeroepen snel te zorgen voor meer opvangplekken. Opvanglocaties telden onlangs bijna 83.000 bedden.

Onlangs hield de gemeente in Sint Anthonis een bijeenkomst voor families die thuis Oekraïners onderdak bieden. Pierre Weerts: ,,Dat was nuttig. Dat de gemeente sinds kort een contactpersoon heeft waar we met vragen terechtkunnen, is fijn. Er is nu ook een appgroep voor huishoudens in Land van Cuijk die thuis Oekraïense vluchtelingen opvangen. Kun je makkelijk ervaringen uitwisselen.”

Een volgende bijeenkomst van de gemeente moet mét Oekraïners zijn, vindt Weerts. ,,Ook zij hebben behoefte aan onderling contact.”

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Philip (32) leeft supergezond, maar dan wordt hij doodziek: ‘Ik dacht alleen: shit, dit gaat niet goed’**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 04:06 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 1048 words

**Byline:** Barbara de Jong

**Body**

Philip (32) is een fitte dertiger in de bloei van zijn leven. Leuke baan in de marketing, gek op snowboarden, surfen en boksen. Maar plots krijgt hij last van extreme hoofdpijn en vermoeidheid. Wanneer de artsen ontdekken wat er aan de hand is, stort zijn leven compleet in. ,,Soms denk ik alleen maar: hoe overleef ik dit?”

Soms voelt het voor Philip alsof hij in een heel slechte film terecht is gekomen. Het is begin juni als hij meedoet aan een werkevent. Er gaat een griepje rond onder wat collega's, ook bij hem. Niks bijzonders, denkt de Rotterdammer. Dat komt vaker voor. Dat 'griepje’ gaat bij hem alleen niet over. Behalve vermoeidheid krijgt hij wekenlang last van een zeurende hoofdpijn. De huisarts vermoedt een voorhoofdholte- of bijholteontsteking. Migraine, kan ook nog. Philip krijgt een neusspray en antibioticakuur voorgeschreven. Maar die helpen niet.

Ze vroeg ook nog of een ambulance gestuurd moest worden. Ik dacht alleen maar: pardon?

Kort daarna gaat hij met zijn vriendin op vakantie naar Frankrijk en Spanje. ,,Toen werd duidelijk dat er toch wel meer aan de hand was”, vertelt hij. ,,Als ik een heuveltje opliep, of een stukje zwom, was ik compleet buiten adem.” Weer terug in Nederland bezoekt hij een kno-arts, maar ook zij ontdekt niet wat Philip mankeert.

Paniek

Een week later neemt zijn hoofdpijn sterk toe. ,,Ik lag op de bank bijna te huilen van de pijn", blikt hij terug. ,,'s Ochtends moest ik ook overgeven. Het was echt heel erg.” Wanneer de vervanger van Philips vaste huisarts zijn bloeddruk controleert, wordt het heel snel serieus. ,,Mijn bloeddruk was 220 bovendruk, terwijl die 120 hoort te zijn. Dat is dus extreem hoog.”

De huisarts belt direct het Franciscus Gasthuis en Vlietland met de mededeling dat er 'direct een patiënt aankomt’. ,,Ze vroeg ook nog of een ambulance gestuurd moest worden. Ik dacht alleen maar: pardon? Ik zat daar alleen met hoofdpijn en had niet het idee dat ik levensbedreigend ziek was. Zo voelde dat in elk geval niet.”

In het ziekenhuis volgt een hele rits onderzoeken. Er wordt bloed afgenomen, echo's gemaakt. Korte tijd later staan zes tot acht artsen en verpleegkundigen naast Philips bed met hun gezichten op onweer. ,,De arts begon te praten. Het klonk zo serieus en van alles ging door mijn hoofd. Ik dacht: shit, dit gaat niet goed.” Niet alleen is Philips bloeddruk extreem hoog, zijn nieren blijken beschadigd. ,,Ze werkten nog maar voor 5 procent. Echt bizar.”

Philip moet drie keer per week naar het ziekenhuis voor een vier uur durende dialyse. Tekst gaat verder onder de video.

‘Vooral pech’

Binnen een paar dagen op de intensive care is het gelukt om Philips bloeddruk weer onder controle te krijgen. Maar de schade aan zijn nieren is permanent. ,,Het lijkt aannemelijk dat ik een onderliggende nierziekte heb gehad die volledig onopgemerkt is gebleven. Maar dat is nog niet helemaal zeker. Daar lopen nog onderzoeken naar.” Volgens de artsen zou de Rotterdammer vooral 'pech hebben gehad.’ Dat hem dit zo jong overkomt terwijl hij verder gezond is, zou volgens de artsen een zeldzaamheid zijn.

Van een topfitte dertiger ben ik ineens een ernstig zieke patiënt geworden. Dit voelt voor mij heel heftig

Philip vertelt zijn verhaal in zijn woning in het Rotterdamse Oude Noorden luchtig. Maar van binnen heersen verdriet en woede over wat hem is overkomen. Zijn leven staat van het ene op het andere moment volledig op zijn kop. Hij moet nu drie keer in de week naar het Franciscus Gasthuis en Vlietland voor een nierdialyse, een behandeling waarbij schadelijke stoffen uit het bloed worden gehaald. Een dialyse-sessie duurt ongeveer vier uur.

,,Ik moest erg wennen aan dit idee”, zegt hij. ,,Ik kreeg in mijn borst een aanpriklijn waar de kabels voor de dialyse ingaan. Van een topfitte dertiger ben ik ineens een ernstig zieke patiënt geworden. Ik kan het amper bevatten, het is ontzettend heftig en ook erg pijnlijk om te verwerken. Toen ik daar voor het eerst zat, dacht ik alleen maar: ziet het leven er nu zo uit?” Werken, op pad gaan, sporten en zelfs het huishouden kan hij vooralsnog allemaal niet meer. ,,Ik haalde altijd heel veel plezier uit sporten. Het was iets waar ik goed in was, iets beter dan gemiddeld zelfs. Het was echt mijn ding, en dat is nu ineens weg.”

Toen de thuiszorg binnenkwam, werd gevraagd waar de patiënt was. Nou dat ben ik dus

Ook voor anderen is het soms moeilijk te begrijpen dat hij ziek is. Hij is jong, ziet er fit uit en lijkt geenszins op een 'patiënt'. ,,Nadat ik ontslagen was uit het ziekenhuis, was ik zo uitgeput dat ik thuiszorg nodig had”, zegt hij . ,,Ik kon me niet eens meer douchen of aankleden. Toen de thuiszorg binnenkwam, werd gevraagd waar de patiënt was. Nou dat ben ik dus. Hetzelfde geldt voor de zorgtaxi die ik nodig heb om naar het ziekenhuis te komen. Als ik zwaai, begrijpen ze er niks van. Hoe kan ik nou een zorgtaxi nodig hebben?”

Gifstoffen

Philip probeert te wennen aan het idee dat hij voortaan regelmatig dialyse nodig heeft. Maar hij realiseert zich ook dat dit geen permanente oplossing is voor hem. ,,Je kunt hier niet oud mee worden. Het is helemaal niet goed voor je. Met dialyse spoel je niet alleen de gifstoffen maar ook de goede dingen uit je bloed weg. Het is alleen een oplossing om je in leven te houden, maar geen behandeling voor de rest van je leven.”

Voor mij is dit een heel hoopgevend verhaal. Het zou mijn toekomst weer wat meer kleur geven

De Rotterdammer kan er alleen maar weer bovenop komen met een niertransplantatie. Bij voorkeur een nier van iemand die leeft omdat deze nieren zeker twintig jaar mee kunnen gaan. ,,Bij een nier van een overleden persoon is dit maar de helft. Ik realiseer me dat ik heel veel vraag. Er zijn duizenden goede redenen om het niet te doen. mensen hebben twee nieren. Wie er eentje weggeeft, kan nog goed, gewoon normaal, leven met één nier.”

Op social media heeft hij een oproep geplaatst of mensen willen overwegen een nier te doneren. ,,Ik ken een verhaal van iemand wiens vader veertig jaar geleden en nieuwe nier heeft gekregen en dat gaat nog steeds goed. Sterker nog, hij kreeg na de transplantatie vier kinderen. Voor mij is dit een heel hoopgevend verhaal. Het zou mijn toekomst weer wat meer kleur geven.”

Op de websiteniervoorphilip.nllees je meer over Philips verhaal.

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Jens van Vugt met vriendenploeg van Wieldrecht klaar voor derby bij DFC: ‘Nog appeltje te schillen’**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 06:00 AM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 977 words

**Byline:** Minne Groenstege

**Body**

Jens van Vugt (26) is na drie jaar terug in de selectie van Wieldrecht, samen met flink wat andere clubjongens. Na twee zeges op een rij wacht vanmiddag de Dordtse derby bij het nog puntloze DFC. ,,Als Mark van Agteren en Aron de Keijzer straks aansluiten, zijn we tot mooie dingen in staat.’’

Clubjongens

,,Ik ben op mijn vierde begonnen met voetballen bij Oranje Wit, de club waar mijn vader Harald jarenlang linksbuiten was en later nog een tijdje voorzitter van het voetbalbestuur. Ik heb altijd in Sterrenburg gewoond, dus mijn vrienden voetbalden bijna allemaal bij Wieldrecht. In de C’tjes ben ik overgestapt en werd ik teamgenoot van Mark van Agteren. Sindsdien zijn we onafscheidelijk. Hij werkt nu aan zijn herstel na zijn vervelende knieblessure, maar hoopt in januari zijn rentree te maken. Aron de Keijzer hoopt voor de winterstop alweer aan te sluiten.’’

,,Ik ben er sinds afgelopen zomer weer bij samen met Michiel de Groot en Terrence Kliphuis, terwijl Marco Vrolijk is teruggekeerd van Drechtstreek waar hij ook al onder Paul Koster speelde’’, vertelt Van Vugt, die drie weken geleden tegen Groote Lindt (1-4 winst) zijn eerste treffer in Wieldrecht 1 maakte sinds de 0-2 in de kampioenswedstrijd bij Dubbeldam op 25 mei 2019.

,,In het eerste seizoen in de tweede klasse onder Pippy Pruymboom zat ik er nog wel even bij, maar Michiel en ik gingen al vrij snel naar het tweede. Dat seizoen werd in maart stilgelegd door corona en toen het voetbal weer begon werkte ik op zaterdag. Vorig seizoen ben ik halverwege weer aangesloten bij Wieldrecht 2, waarmee we de bekerfinale nog haalden.’’

Doelstelling in 3C

Na de pijnlijke degradatie van Wieldrecht moest er een compleet nieuwe selectie worden samengesteld. Van de groep die vorig seizoen begon bleef namelijk alleen doelman Marnix van Vuuren over. ,,Het idee was om een frisse start te maken met echte Wieldrecht-jongens. Daar zijn nog een paar jongens van andere clubs bij gekomen, met bijvoorbeeld de ervaren Alex Rekondie. In de eerste weken was het even zoeken, omdat veel jongens zijn doorgeschoven vanuit het tweede en de jeugd. Ook moesten we het 3-5-2 systeem even onder de knie krijgen, maar met twee zeges op een rij proef je bij iedereen weer het vertrouwen. Zeker in de wetenschap dat Mark en Aron nog gaan aansluiten, denk ik dat we tot mooie dingen in staat zijn. Dan heb ik het over een rol in de subtop of misschien een periodetitel’’, stelt Van Vugt, die vorige week met Van Agteren bij GSC/ODS - VVGZ (2-0) was.

De aanstaande kampioen is met GSC/ODS nu eigenlijk al bekend. Dat is jammer voor de spanning in de competitie

,,De aanstaande kampioen is nu eigenlijk al bekend. Dat is jammer voor de spanning in de competitie, maar GSC/ODS is ambitieus en loopt ook niet weg voor die druk. Ze hebben zeker vijf of zes spelers die veel te goed zijn voor de derde klasse, maar we kijken wel uit naar die derby’s.’’ Die staan op het programma voor 20 januari en 25 mei, dezelfde data als de ontmoetingen tussen EBOH en Oranje Wit in 2F.

Derby tegen DFC

Eerst wacht vandaag die andere Dordtse club in 3C, het nog puntloze DFC. ,,Zij zullen erop gebrand zijn om hun eerste punten te pakken, dus we zijn gewaarschuwd. Maar ons hoef je ook niet te motiveren hoor. Nooit voor een Dordtse derby, maar zeker niet na dat kunstje dat DFC ons geflikt heeft in de beker. DFC won toen in de derde wedstrijd met 0-13 bij FC Dordrecht amateurs, toevallig net genoeg om door te gaan ten koste van ons. Niet dat wij die beker wel even gewonnen hadden, maar we willen dat geintje toch wel even betaald zetten’’, vertelt Van Vugt, die zich verheugt op duels met oud-teamgenoot Claudio Teneggi, nu verdediger bij DFC.

,,Met DFC hebben we natuurlijk ook een band door die spannende titelstrijd in 2018-2019, toen zij bijna alles wonnen na het overlijden van Paul Pluijmert. Uiteindelijk werden wij op doelsaldo kampioen, door de 1-3 bij Dubbeldam met alle goals in de laatste twintig minuten. Een zenuwslopende wedstrijd met een perfect eind.’’

Naast de trainingen en wedstrijden bij Wieldrecht traint Van Vugt ook nog vier of vijf ochtenden in de week bij GetPro in Zwijndrecht. ,,Daar beginnen we om 7 uur. Neal Nordé geeft die trainingen, een voormalig militair en bodybuilder die nu sportschoolhouder en dj is. Ik snap dat de meeste mensen daar niet aan moeten denken zo vroeg op de dag, maar ik vind het heerlijk. Neal neemt iedereen op een leuke manier op sleeptouw en je bent meteen helemaal klaar voor de dag’’, vindt Van Vugt, die accountmanager is bij Sogeti in Vianen.

Mijn moeder Alicia Alzueta komt uit Pamplona. Altijd als we in Spanje zijn grappen we nog dat Dordrecht de domste keuze is die ze konden maken

,,Ik werk ook vanuit huis in Rotterdam of bij een klant in Den Haag en rij dus drie keer per week naar Wieldrecht, dus ik kom wel aan mijn kilometers. Maar ik ben blij dat ik weer voetbal, met deze vriendengroep is het hartstikke leuk.’’

Baskisch bloed

Met zijn naam zou je het niet vermoeden, maar Jens van Vugt is half Baskisch. ,,Mijn moeder Alicia Alzueta komt uit Pamplona. Mijn ouders hebben elkaar leren kennen in de Verenigde Staten, waarna mijn moeder uiteindelijk naar Dordrecht is verhuisd. Altijd als we in Spanje zijn grappen we nog dat het de domste keuze is die ze konden maken. We hebben nog veel familie in Pamplona, dus we gaan bijna altijd met de kerst en in de zomer wel die kant op. Spaans spreek ik wel, Baskisch niet.’’

Of hij wel eens heeft meegedaan aan het stierenrennen bij de jaarlijkse San Fermínfeesten in juli? ,,Nee, het feest heb ik vaak genoeg bezocht, maar misschien komt het er nog eens van. Ik heb genoeg vrienden die gek genoeg zijn om hun leven op het spel te zetten’’, meldt Van Vugt, die ook nog twee zusjes heeft: Nuria en Ainhoa. ,,Dat is mij helaas niet gegeven. Zeker in Baskenland heb je veel mooie namen, maar ik zal het gewoon met Jens moeten doen.’’

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Extra beveiligde Max Verstappen hoeft in het land van Sergio Pérez niet op een warm onthaal te rekenen**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 12:30 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 1122 words

**Byline:** Marijn Abbenhuijs

**Body**

De Grand Prix van Mexico wordt een heet weekend voor Red Bull. In het land van Sergio Pérez staat zijn teamgenoot Max Verstappen er bij veel fans niet goed op. En de teamleiding ook niet. De vraag is hoe zij ontvangen worden in Mexico-Stad. Een tijdlijn van opgebouwd ongenoegen.

Christian Horner moest lachen toen hij naar het gedrag van de Mexicaanse fans gevraagd werd. Tijdens de podiumceremonie van de Grand Prix van de Verenigde Staten verstoorde een grote groep landgenoten van Red Bull-coureur Sergio Pérez het feestje van Max Verstappen. Toen de Nederlander zijn trofee kreeg voor de overwinning op het Circuit of the Americas, werd hij weggehoond door de Mexicanen, waarna ze luidkeels ‘Checo! Checo!’ (de bijnaam van Pérez, red.) scandeerden, bewust dwars door het Nederlandse volkslied heen.

,,Ik denk niet dat Max de warmste ontvangst krijgt in Mexico’’, zei de teambaas van zijn team. ,,Ach, zo werkt het soms. Het ene jaar ben je de held, een jaar later kun je ineens de slechterik zijn.’’ Dat is Verstappen in de ogen van veel Mexicanen. Maar heel het Red Bull-team lijkt bij die groep Formule 1-fans de kop van Jut.

Grand Prix van Brazilië

Afgelopen lente analyseerden een Mexicaanse Formule 1-journaliste en een fanatieke fan van Pérez in deze krant al waar de animositeit richting Verstappen vandaan kwam. Het had alles te maken met de Grand Prix van Brazilië, de race na de vorige Grand Prix van Mexico. Verstappen weigerde Pérez in de slotfase van afgelopen seizoen punten cadeau te doen. In São Paulo konden beide Red Bull-coureurs de Grand Prix van Brazilië niet meer winnen, toen de Nederlander de vraag kreeg of hij zijn teamgenoot voor wilde laten gaan. De twee extra punten die Pérez dan zou kunnen pakken, hadden hem kunnen helpen in de strijd om plek 2 in het wereldkampioenschap dat Verstappen al lang en breed gewonnen had. Maar de Nederlander weigerde.

,,Heel Mexico vindt dat Max Checo had moeten helpen in Brazilië’’, zei fan Pablo Siller na de Grand Prix van Azerbeidzjan. ,,Om hem te bedanken voor alle keren dat hij dat andersom wel gedaan heeft, zeker in 2021. Max heeft toen zelf ook steeds gezegd dat Checo een legende is en dat hij dankzij hem wereldkampioen is geworden.’’ Journaliste Giselle Zarur van het Mexicaanse FOX Sports, nuanceerde dat beeld toen een beetje. ,,Omdat Verstappen en hij wel rivalen geworden zijn, worden er altijd dingen gezegd’’, gaf ze aan. ,,De mensen in Mexico waren niet blij met Max’ reactie in Brazilië, maar het enthousiasme voor Checo is groter dan de boosheid richting Verstappen.’’

Ik maak me er geen zorgen om. Ons team staat volledig achter Checo, achter allebei onze rijders. En we houden ervan om in Mexico te rijden

Het onderwerp werd afgelopen lente weer actueel, door de communicatie via de boordradio tussen Verstappen en Horner, nadat Pérez de Grand Prix van Azerbeidzjan had gewonnen. ,,Checo had geluk met de safetycar, maak je geen zorgen Max, er komt nog een heel WK aan, je hebt vandaag goede punten gescoord’’, was de tekst van Horner toen Verstappen als tweede werd afgevlagd. En dat schoot bij sommige Mexicanen in het verkeerde keelgat. ‘Bij Red Bull keuren ze de zege van Pérez in Azerbeidzjan af’, kopte de krant El Universal verontwaardigd. Er werd geconcludeerd dat uit de woorden van Horner kon worden opgemaakt dat Red Bull duidelijk onderscheid maakt tussen beide coureurs en Pérez nadrukkelijk op het tweede plan zet.

Sindsdien heeft de Mexicaan echter vooral zichzelf op het tweede plan gezet, want hij won sinds de Grand Prix van Azerbeidzjan geen race meer. Vanaf dat moment zette zijn teamgenoot Verstappen een indrukwekkende serie overwinningen neer, terwijl Pérez het regelmatig liet afweten. Toen hij er vijf keer op rij niet in slaagde om de laatste kwalificatiesessie te halen, zei Verstappen dat hij de constructeurstitel wel in zijn eentje kon winnen voor Red Bull. Het was weer een speldenprik richting de Mexicaan.

Uitspraken van topadviseur Helmut Marko, na afloop van de Grand Prix van Italië, hebben er vervolgens al helemáál voor gezorgd dat veel Pérez-fans flink balen van het Red Bull team om hun favoriete coureur heen. Marko zei dat de problemen van Pérez in de kwalificaties en zijn wisselvallige prestaties te maken hadden met zijn Zuid-Amerikaanse afkomst (hij rekende Mexico, dat in Midden-Amerika ligt, gemakshalve maar even tot dat continent). De mentaliteit daar zorgde er volgens de Oostenrijker voor dat Pérez niet zo gefocust is als Verstappen is en Sebastian Vettel altijd was.

Gezien het boegeroep tijdens de podiumceremonie in Austin, kan het hele Red Bull team dus flink wat vijandigheid verwachten van Pérez-fans. ,,Ik maak me er geen zorgen om’’, blikte Horner in de Verenigde Staten vooruit. ,,Ons team staat volledig achter Checo, achter allebei onze rijders. En we houden ervan om in Mexico te rijden, we houden van de Mexicaanse fans. De passie, dat stadion, alles is uniek. Daar kijken we echt naar uit.’’

Rivaliteit

Toch zijn ze in het thuisland van Pérez al begonnen met het inpraten op zijn fans. In Mexico-Stad is op een hoog gebouw een gigantische poster gehangen met de tekst ‘er is geen rivaliteit buiten het circuit’, staat er. Met daarbij de hashtag #racepect. Marko verklaarde bovendien dat Red Bull het nodig heeft geacht om Verstappen in Mexico te laten flankeren door twee bodyguards. Om het zekere voor het onzekere te nemen.

En de Mexicaan zelf? Maakt hij zich nog druk om de manier waarop zijn team wordt ontvangen? Pérez heeft er toch nu toe nog niets over gezegd. Hij kijkt vooral uit naar de grand prix in zijn thuisland, gaat met een speciale helm rijden en hoopt een belangrijke slag te slaan in de strijd om de tweede plek in het wereldkampioenschap. Wat hij ook presteert, het ‘Checo! Checo!’ zal luidkeels voor hem gescandeerd worden.

Verstappen bevestigt extra beveiliging in Mexico

Max Verstappen heeft bevestigd dat hij tijdens de Grand Prix van Mexico beveiligers om zich heen heeft. ,,Twee man”, gaf hij op de donderdag voorafgaand aan het raceweekend in Mexico-Stad aan. Dat is volgens hem echter niet om zich te beschermen tegen eventuele agressie van fans van Pérez die boos op hem zijn. ,,Ik word iets beter beveiligd dan normaal. Er zijn landen waar het erg druk is, zoals hier. Extra beveiliging helpt dan om alles wat soepeler te laten verlopen, om sneller van a naar b te kunnen bewegen en de algemene flow van het weekend te verbeteren. Verder voel ik me goed en veilig, hier. Ik heb deze grand prix altijd mooi gevonden en vind het leuk om hier weer te zijn.”

Uitslag, stand én programma

Bekijk hierde uitslagen van de grands prix’van dit jaar,de stand in het algemeen klassementenhet programmavoor de rest van het seizoen.

Stand Formule 1-seizoen 2023

Kalender Formule 1

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Vijlbrief tekent voor afhandeling schade**

Trouw

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Nederland; Blz. 13

**Length:** 81 words

**Body**

Mijnbouw

Staatssecretaris Hans Vijlbrief (D66) heeft vrijdag in Heerlen zijn handtekening gezet onder een regeling voor de afhandeling van mijnbouwschade in Limburg. De regeling houdt in dat vanaf volgend jaar alle schade door steenkoolwinning in de voormalige mijnstreken wordt vergoed. Eerst komen zware schades voor vergoeding in aanmerking, later ook lichtere, zoals scheuren in muren. Tot 2026 is hiervoor 19,5 miljoen euro gereserveerd. ANP

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 13

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**De wetten van de vriendschap**

de Volkskrant

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Magazine; Blz. 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37

**Length:** 3815 words

**Byline:** LENA BRIL

**Highlight:** Hoe hoort het en wat spreken we af? In deze onregelmatige serie doen auteurs een voorzet voor nieuwe etiquetteregels op veelal onontgonnen terreinen. Dit keer duikt filosoof Lena Bril in de ongeschreven regels van vriendschap. 'Uitfaseren is beter dan uitmaken.'

**Body**

Etiquette

Schrijvers en televisiemakers hebben de neiging vriendschap nogal te romantiseren. Kijk een seizoen Friends en je gaat geloven dat vrienden altijd lachend op je zitten te wachten in een koffiehuis. Of lees het beroemde essay Over vriendschap (1580) van filosoof Michel de Montaigne en je krijgt het idee dat vrienden als halfgoden zijn - perfecte intellectuele gesprekspartners met een smetteloos moreel kompas. In werkelijkheid zijn je vrienden net mensen: ze hebben een eigen mening, agenda, verlangens - en die komen zelden overeen met die van jou.

Tegelijkertijd neemt het belang van goede vrienden toe: de afgelopen zestig jaar is het aantal eenpersoonshuishoudens in Nederland verachtvoudigd. En naar verwachting woont in 2050 de helft van de Nederlanders alleen. Zonder vaste partner of kerngezin om op terug te vallen, zullen we steeds vaker bij onze vrienden moeten aankloppen.

Hoog tijd dus voor wat meer vriendschapsrealisme. Ja, je vrienden kunnen onuitstaanbaar zijn. Maar het zijn jouw onuitstaanbare vrienden: de mensen die je zonder direct aanwijsbare reden hebt gekozen om, misschien voor even, misschien decennia, met je mee te leven. En eens in de zoveel tijd, als de sterren goed staan, vallen jullie behoeften perfect samen - en dan is het lachen tot je in je broek plast en praten in het café tot de zon opkomt. En ja, dat í­s ook wel romantisch. Maar in de tussentijd is het aanmodderen: vergeten verjaardagen, vervelende vriendjes, verhuizingen - de vriendschap is voortdurend in beweging. Om die ingewikkelde dans een beetje aangenamer te maken, 29 suggesties.

Nieuwe vriendenHet moderne leven is niet ingericht op het maken van nieuwe vrienden. Je werkt, je haalt de kinderen op, spitsuur, misschien een uurtje sporten en dan Netflix. Waar haal je de tijd vandaan om te investeren in een potentiële vriendschap? Of misschien is het nest leeg en heb je eindelijk weer ruimte voor nieuwe vriendschappen, maar weet je niet waar en hoe je moet beginnen. De Hollandse terughoudendheid helpt ook niet mee. Daarom: omgangsvormen die het sluiten van vriendschappen vergemakkelijken.

**1 Sla de koffie over**

De opbouw van een doorsnee Nederlandse vriendschap ziet er volgens socioloog Beate Völker als volgt uit: een praatje, nog een praatje, een eerste koffie-afspraak, een wat langere koffie-afspraak, dan koffie thuis, misschien nóg een keer koffie thuis - en dan pas samen eten. Waarom eigenlijk? Omdat je vreest voor een ongemakkelijke avond, of, erger: 'tijdverspilling'? Zwem tegen de polderse voorzichtigheid in en nodig een kennis meteen thuis uit voor het eten of ga de kroeg in.

**2 Vraag om vriendschap**

Nog een daad van verzet tegen deze cultuur van voorzichtigheid: spreek je vriendschapsverlangen uit. Zeg tegen die sympathieke man op de schildercursus of de vrouw met wie je zo kunt lachen na het spinnen: 'Ik zou het zo leuk vinden om vrienden met jou te zijn!' Nee is een optie, natuurlijk, maar de kans daarop is kleiner dan je denkt. Psychologen ontdekten de zogeheten rejection bias: de neiging om, ten onrechte, ervan uit te gaan dat mensen je zullen afwijzen. In werkelijkheid is afwijzing hoogst uitzonderlijk, de meeste mensen staan open voor nieuwe contacten, alleen onthouden we een 'nee' beter dan een 'ja'.

**3 Keer nooit je rug naar een vriendenzoeker**

Een nieuweling - pas verhuisd of gescheiden - voegt zich weifelend bij de vriendengroep op de buurtbarbecue. Biertje stevig vastgeklemd, zijn lach nét te laat en te luid. De geur van Le Labo Santal 33 gemengd met angstzweet daalt neer op het gezelschap. De vrienden blijven beleefd ('O, ben je nieuw in de buurt?') maar door de odeur van te-hard-je-best-doen willen de vrienden onbewust de nieuweling wegjagen. Vecht tegen deze natuurlijke reactie en stel je open voor de vriendenzoeker. Je hoeft heus geen beste vrienden te worden, maar help iemand op weg. Deel cruciale informatie (de juiste sportschool, goede bruine kroeg), nodig hem of haar uit voor jullie wielrenzondag of koppel 'm aan andere vriendenzoekers in je netwerk.

**4 Laat de-eerste-de-beste-vriend los**

Als je zelf nieuw bent in een groep, is de kans groot dat je je vastklampt aan wie ook maar een beetje vriendelijk glimlacht. Het liefst een andere nieuweling - lekker veilig. Meestal blijkt deze reddingsboei bij nader inzien geen vriendschapsmateriaal. Dat is prima. Je hoeft geen loyaliteit te koesteren naar deze kortstondige vriendschap: de ander begrijpt heus dat er paniek in het spel was.

**5 Wees niet te gul voor nieuwe vrienden**

Als de vriendschap nog pril is, wees dan voorzichtig met dure cadeaus. Een verse vriend schrikt van overdreven vrijgevigheid: schept dit verplichtingen? Zeker als er sprake is van een verschil in inkomen, kan zulke gulheid een jonge vriendschap in gevaar brengen. Wacht minstens een jaar voordat je je nieuwe vriend een driedelige Japanse messenset geeft of een weekend Parijs cadeau doet.

Vrienden, grieven en grenzen

Vriendschappen horen niet te worden bijgestuurd en gecorrigeerd, vond wijlen etiquette-expert Beatrijs Ritsema (1954-2023). Vrienden, meende de sociaal psycholoog, zijn niet belangrijk genoeg om eerlijk en kritisch tegen te zijn. Die struisvogeltactiek van Ritsema's generatie doet nu verouderd aan. Millennials en gen Z'ers bespreken makkelijker hun emoties en gaan conflicten in vriendschappen minder uit de weg. Maar hoe doe je dat zonder de luchtigheid in een vriendschap te verliezen?

**6 Reflecteer samen op jullie vriendschap**

Journalist Raounak Khaddari onderzocht voor haar boek Even goede vrienden 'hoe vriendschappen werken' en ontdekte de waarde van een 'vriendschapsevaluatie'. Denk hierbij niet aan een 360-graden-review maar gewoon: een open gesprek. Khaddari vroeg haar beste vrienden bijvoorbeeld 'Hoe kunnen we onze vriendschap beter maken?' Beschouw zo'n gesprek als een vorm van relatiehygiëne: je voorkomt misverstanden of opgekropte spanningen. En het biedt ook een mooi moment om je waardering voor elkaar uit te spreken.

**7 Zeg 'Ik hou van je' tegen je vrienden**

In de 18de eeuw, toen mensen nog ellenlange brieven naar elkaar schreven, was het gebruikelijker om genegenheid naar je vrienden uit te spreken. Enter: Sigmund Freud, de psychotherapeut die homoseksualiteit beschouwde als een neurose. Sindsdien vrezen vrienden - vooral mannen - om hun liefde voor elkaar uit te spreken. Leg die onbewust geïnternaliseerde angst naast je neer en vertel je vrienden dat je van ze houdt.

**8 Spreek jaloezie uit**

Jaloezie, teleurstelling of de behoefte aan aandacht - we spreken dit soort gevoelens liever niet uit naar onze vrienden. Want: 'kinderachtig'. Hoezo? Dit soort authenticiteit in een relatie is juist het summum van emotionele volwassenheid. Kijk af bij kinderen, wees eerlijk ('Ik ben zo blij voor je, maar ik verlang ook naar zo'n promotie') en voorkom dat onuitgesproken jaloezie uitgroeit tot onoverkomelijke afgunst.

**9 Zeur niet over kopieergedrag**

'Jij geeft geen retraites, en nu gebruik jij opeens het woord 'retraite'!' De spirituele Claudia uit B&B vol liefde wilde veel delen met hartsvriendin Anne, maar niet 'haar woorden'. Wellicht ten overvloede: dit valt wél in de categorie 'kinderachtig' vriendengedrag. Na-apen is nu eenmaal een teken van liefde. Ga een weekend weg met je Brabantse vrienden en je komt terug met een zachte g. Hetzelfde geldt voor Uniqlo-bodywarmers, Birkenstocks, Scandinavische tapijten met ruitjespatroon of tuinmeubilair. Vrienden zijn de succesvolste influencers. Ergernissen over copycatgedrag slik je daarom in.

Uitzondering maak je voor kledingstukken en objecten van grote symbolische waarde of waarvoor noeste arbeid is verricht. Denk aan de tas die een vriend zichzelf cadeau doet om zakelijk succes te vieren, of de perfecte witte sneakers waar je vriendin maanden naar heeft gezocht. Ook cadeaus van geliefde of kenmerkende luchtjes vallen in deze uitzonderlijk emotionele categorie en dan geldt: check het even bij de ander.

**10 Zeg nooit dat een ander jouw vrienden 'afpakt'**

Vriendin A stelt vriendin B voor aan haar vriendin, C. Vriendin B en C hebben een 'klik', spreken steeds vaker met z'n tweetjes af en vriendin A voelt zich buitengesloten. Tja, ook na de middelbare school kun je worden geplaagd door dit soort gevoelens. Wat je niet behoort te doen in zo'n situatie: vriendin B en C tot de orde roepen of spreken over 'vrienden stelen'. Gun je vriendinnen hun vriendschap en wees niet bang dat jij tekortkomt. Lukt dat niet? Dan is punt 8 de enige optie.

**11 Brand je niet aan de partner**

De vriendschap mag dan wel gestegen zijn in de relatiehiërarchie, voor velen staat de romantische partner nog steeds op nummer 1. Klassieke uitgangspunten voor de omgang met de geliefden van vrienden blijven daarom overeind:

- Je ongezouten mening over de partner houd je voor je.

- Maak geen beledigende grappen over de liefjes.

- Seksueel getinte opmerkingen over de romantische partner slik je in.

- Ten overvloede: géén romantische avances.

**12 Meng je niet in relatieperikelen**

Bovenaan de functieomschrijving van de vriend: de ander opvangen als de romantische relatie hapert. Dat vraagt om nogal wat vaardigheden. De vriend behoort de ander te ondersteunen en te valideren in diens pijn ('Neeeee, is hij vreemdgegaan? Je verdient beter!') En tegelijkertijd mag de vriend de lange termijn niet uit het oog verliezen. De ruzie of de affaire lijkt nu het einde van de relatie, maar hoeft dat niet te zijn. Een al te boude opmerking over de partner kan later een bedreiging vormen voor de vriendschap. De vriend houdt het hoofd daarom koel en kiest zijn woorden diplomatiek. Geen: 'Ik wí­st dat het een lul was!' en al helemaal niet: 'Maak het uit.'

In plaats van zich veroordelend uit te spreken, stelt de vriend vragen en geeft zo de ander de ruimte om zijn gevoelens en gedachten te ordenen. Ook op de lijst kwalificaties van de vriend: een selectief geheugen. Als de beerput in slechte tijden opengaat en alle genante details over het liefje ter tafel komen, zal de vriend de ander in goede tijden niet herinneren aan deze delicate informatie.

**13 Bespreek daten met de ex**

Volgens de beroemde Bro Code (de vriendschapsetiquette opgesteld door het personage Barney Stinson in hitserie How I Met Your Mother) mag je nooit daten met de ex van je vriend. Zo'n regel geeft houvast en helderheid, maar ontneemt je in potentie ook de liefde van je leven. Exen zijn er bovendien in allerlei gradaties (de ex van de middelbare, de ex-scharrel, de ex-echtgenoot). Overleggen is het devies, liefst zo snel mogelijk. Zo'n gesprek kan het einde betekenen van je vriendschap of van de prille relatie met de ex, maar de échte problemen beginnen pas als je het verzwijgt.

**14 Gun je vrienden geheimen**

De basis van een vriendschap is vertrouwen: liegen, geheimen doorvertellen, achter je rug roddelen - allemaal harde no-go's in een vriendschap. Maar vrienden hoeven elkaar niet alles te vertellen. Natuurlijk, als je in een vriendschap gewend bent om lief en leed te delen, dan is een abrupt einde aan die openheid wellicht een teken aan de wand dat het tijd wordt voor punt 6. Maar het is een misverstand dat volledige transparantie een randvoorwaarde is voor vertrouwen. Probeer het niet als een afwijzing te zien als een vriend persoonlijke informatie (nog) niet met je wil delen. Bedwing in zo'n geval de (totaal begrijpelijke) nieuwsgierigheid en dring niet aan op het onthullen van het geheim.

**15 Laat vrienden liegen tegen zichzelf**

Je weet dat je vriendin na twee keer boulderen nooit meer gebruik zal maken van haar klimabonnement. Zoals je ook wist dat na één keer pottenbakken de draaischijf onder het bed zou verdwijnen, naast de bokshandschoenen en blokfluit. Doorbreek haar illusie niet en gun haar hardnekkig zelfbedrog. Tenzij je vermoedt dat ze ernstig lijdt onder haar hobbymanie (of zichzelf ermee in de schulden steekt) zeg je 'Wat leuk! Boulderen lijkt me écht iets voor jou!'

**16 Geef geen advies op cruciale momenten**

Daar zit je dan op een vouwstoel, kruiswoordpuzzel op schoot, uitzicht op een Portugees landschap. Je denkt aan het leven dat nu grotendeels achter je ligt. Sommige keuzen pakten rampzalig uit (verbouwen tijdens de zwangerschap, de hond) maar het waren wel jóúw keuzen. Stel je nu voor dat je daar in de Algarve zit en denkt: eigenlijk heb ik die keuzen niet zelf genomen. Op cruciale momenten heb ik geluisterd naar advies van anderen.

In de eerste situatie is er volgens moraalfilosoof Farbod Akhlaghi sprake van 'zelf-auteurschap', in het tweede geval is deze vorm van autonomie je ontnomen door goedbedoelde inmenging van anderen. Akhlaghi adviseert daarom vrienden om geen dwingend advies te geven op cruciale momenten. Dus: als je vriend op een belangrijk kruispunt aanbelandt, stel veel vragen, wees voorzichtig met sturend advies en laat je vriend zelf zijn keuzen nemen.

**17 Geld lenen? Stel een contractje op**

'Als een vriend je vraagt om geld te lenen, denk dan na welke van de twee je wilt verliezen', schreef de Franse dichter Jean Antoine Petit-Senn in 1846. De enige uitweg uit dit dilemma: een contract. Klinkt onvriendelijk, maar die formaliteit beschermt jullie relatie tegen de corrumperende werking van geld.

De vriendschapsbalans

Vriendschappen gaan niet vanzelf, 'het is hard werken'. Om te voorkomen dat je vrienden taken op je to-dolijst of blokken in je Google Calendar worden, spreekt de Amerikaanse psycholoog Marisa G. Franco liever van 'moeite doen'. Voor je beste vrienden - gemiddeld hebben we er vier of vijf - laat je alles uit je handen vallen in tijden van crisis. Maar op die andere momenten, de minder acute situaties, heb je ook te maken met je eigen strubbelingen. Hoe balanceer je die twee? Wanneer zet je je eigen verlangens en doelen aan de kant voor je vriend, en wanneer niet?

**18 Voorkom calculatie en bewaak de vriendschapsbalans**

Het mooie aan vriendschap, aldus Beate Völker, is dat vrienden niet direct voor elke gunst een wederdienst verwachten. Als een onbekende in de bibliotheek vraagt of jij een euro hebt voor de printer, verwacht je terugbetaling. Doet een vriend hetzelfde verzoek, dan is de kans groot dat je de uitwisseling niet eens registreert. Tegelijkertijd kent elke vriendschap een mentale boekhouding: is het geven en nemen in balans? Een vriendin mag weken zeuren over haar ex, maar op den duur moet er weer ruimte ontstaan voor de sores van de ander. Ook de extreem gulle vriend vindt het fijn als de ander een keer de rekening oppakt. Hetzelfde geldt voor de initiatiefrijke vriendin: die zal het heus waarderen als een ander een afspraak voorstelt.

Het vervelende aan deze boekhouding is dat het geen zuivere wiskunde is. Het is een kwestie van aanvoelen. Als je merkt dat er wél een rekenmachine de vriendschap is binnengeslopen ('je bent nu al drie keer de afspraak vergeten') dan is dat een teken dat het evenwicht zoek is (en misschien tijd voor punt 6).

**19 Wees niet 'flaky'**

Op platforms als TikTok is de flaky friend (jargon voor: de onbetrouwbare vriend) een fenomeen. De flaky vriend is als gebakken croissantdeeg: glanzend en krokant, maar als je het vastpakt, valt het uit elkaar. De flaky vriend is erg goed in het bewaken van z'n 'energie': een eufemisme voor onbetrouwbaar en egoïstisch gedrag. De flaky vriend bestookt je de ene dag met appjes en beantwoordt de volgende dag geen enkel bericht. En het allerirritantste: de flaky vriend zegt op het allerlaatste moment af, omdat z'n pet er niet naar staat.

Natuurlijk mag een vriend altijd een afspraak afzeggen vanwege vermoeidheid of somberte. Maar de huidige afspraakcultuur is zo vrijblijvend dat vrienden elkaar de dag van tevoren appen 'zien we elkaar morgen nog?'

Als beide partijen graag alle opties openhouden, is er weinig aan de hand. Zijn je goede vrienden van het punctuele soort, en krijg je vaak van dit soort appjes, dan wordt het tijd om je afzeggedrag onder de loep te nemen.

**20 Kom naar verjaardagen**

Daar sta je dan. Karaokeset geïnstalleerd, kratten bier opgestapeld in de keuken. Veertig 'vrienden' had je uitgenodigd, en nu sta je met drie collega's en je hartsvriendin in een lege woonkamer. De angst voor het feestje waarop niemand komt opdagen is reëel - zie de afspraakcultuur in punt 19. Daarom: als je 'ja' zegt op een uitnodiging, dan kom je naar de verjaardag, al is het maar een kwartier.

**21 Kom later terug op een afzegging**

Als je vriend wél op het laatste moment afzegt, uit je grieven over diens afwezigheid dan niet direct in een appje. Misschien is je vriend echt gevloerd door buikgriep of verteerd door schuldgevoel omdat de oppas heeft afgezegd. App terug: beterschap of succes, en slik een passief-agressief 'jammer' nog even in. Bel de volgende dag of wacht tot je elkaar weer ziet en kom terug op de afzegging.

**22 Like alle foto's van je beste vrienden**

Ongeacht de inhoud van een Instagram- of Facebookpost: liken die handel. Zo'n digitaal hartje is altijd goed voor het zelfvertrouwen en een kleine moeite om aan te klikken.

**23 Zou je dit doen voor een romantische partner?**

Een goede vriend vraagt om een lift naar Schiphol. Zijn vlucht vertrekt iets na middernacht, je moet de volgende dag vroeg op. Wat doe je? Offer je een goede nachtrust voor je vriend op? Vraag jezelf in zo'n geval af: zou ik dit offer opbrengen voor mijn romantische partner? Is het antwoord 'ja', dan doe je dit ook voor je beste vrienden.

**24 Als een alleenstaande vriend griep heeft: breng soep**

Mensen met een vaste relatie zijn minder geld kwijt aan boodschappen, de Belastingdienst en hun Netflixabonnement. Maar het grootste relatieprivilege komt aan het licht als je temperatuur boven de 39 graden uit komt. Ziek zijn als je vrijgezel bent betekent: niemand die een kopje thee zet, niemand die Strepsils voor je koopt, niemand die aan het einde van de dag vraagt: 'En hoe voel je je nu?' Natuurlijk, die Strepsils kun je tegenwoordig laten bezorgen, maar dat is geen medicijn tegen de existentiële eenzaamheid van ziek zijn in je eentje. Dus: koop een soeppakket bij de Appie, accepteer geen 'nee joh, doe geen moeite!' en fiets even langs.

**25 Durf te vragen (en je hoeft niet beleefd te zijn)**

'Zou je misschien willen helpen met het verplaatsen van mijn kast dit weekend? Als je geen zin, tijd of ruimte hebt, is dat natuurlijk ook helemaal oké!' Vrienden zijn vaak overdreven voorzichtig met het vragen om hulp. En als ze wel een beroep doen op je tijd, serveren ze een keuzemenu met mogelijke redenen om nee te zeggen. Zulke beleefdheid maakt een mogelijke afwijzing voor beide vrienden makkelijker ('sorry, hockey!' - 'o ja natuurlijk, geeft niet!'). Maar die voorkomendheid impliceert:

A. Dat je eigenlijk geen beroep op je vriend behoort te doen. B. Dat je vriend zelf geen 'nee' kan zeggen. C. Dat een 'nee' zonder opgegeven reden je zal kwetsen.

Het ding is: vaak willen vrienden helpen - als ze kunnen. Vraag om hulp zonder omhaal, vertrouw erop dat zij 'nee' kunnen zeggen en neem zo'n afwijzing niet persoonlijk.

**26 Als je langsloopt, app dat je in de buurt bent**

De meeste mensen schrikken zich een hoedje als onverwacht bezoek aanbelt. Die Nederlandse afsprakencultuur heeft invloed op het karakter van samenzijn met vrienden. Geplande ontmoetingen brengen verwachtingen met zich mee - het moet gezellig zijn, liefst binnen anderhalf uur - waardoor het soms voelt alsof jullie allebei agendapunten afwerken. Spontaan je vrienden zien kent niet zo'n gedwongen karakter en biedt ruimte voor een ander soort gesprekken. Pak dus elke kans om je vrienden tussen de bedrijven door kort (of onverwacht lang) te spreken. Kondig je aanwezigheid wel even aan met een appje.

Vrienden verhuizen, worden veganist, krijgen kinderen, raken geobsedeerd door crossfit, omarmen de ideeën van wellness-rechts, wisselen van baan, kopen een bladblazer - hoe voorkom je dat veranderingen leiden tot verwijdering? En wat als verwijdering de enige oplossing is?

Vrienden in verandering

**27 Een vriend in crisis is een jaar ontoerekeningsvatbaar**

Als het ondenkbare gebeurt - ernstige ziekte, overlijden van een dierbare - dan breekt een periode aan waarin de logica van de vriendschapsbalans niet langer opgaat. Zo'n alles ontwrichtende levensgebeurtenis zal onvermijdelijk leiden tot een periode van rouw, een hoofdstuk in de vriendschap waarin je vriend zich onberekenbaar, onvoorspelbaar, onbereikbaar of zelfs onbetamelijk kan gedragen.

Natuurlijk is rouw geen vrijbrief, maar accepteer dat de vriend in crisis zeker een jaar buiten zichzelf zal zijn. Accepteer ook dat de vriendschapsboekhouding twaalf maanden lang niet wordt bijgehouden en verwacht geen wederdienst van de rouwende vriend. Als het eerste jaar na groot verlies verstreken is, verdwijnt de rouw niet, absoluut niet (en blijf daar alert op!). Na deze periode van shock is een mooi moment voor punt 6, een open gesprek over de vriendschap, om jullie wederzijdse verwachtingen uit te spreken.

**28 Rouw om verandering en zoek nieuwe vrienden**

Als vrienden (klein)kinderen krijgen (of verhuizen, of promotie maken) dan is dat het einde van een vriendschapstijdperk, en dat doet pijn. Zie dit als een rouwproces. Eerst ben je in ontkenning, dan boos, verdrietig, in onderhandeling en uiteindelijk zul je de nieuwe situatie accepteren. Zaak is om in dit proces je vriend geen verwijten te maken en zo onomkeerbare schade aan te richten. Zoek in plaats daarvan nieuwe vrienden die wel met je in de kroeg willen staan of elke zaterdag met je willen padellen. Als jij in andere vriendschappen aan je trekken komt, is het opeens een stuk makkelijker om te luisteren naar verhalen over krampjes of de opvoedtechnieken van de schoonouders.

**29 Uitfaseren is beter dan uitmaken**

Soms is de enige uitweg uit een vriendschap een definitieve breuk, zoals bij een onoverkomelijk conflict. Voor alle andere vriendschappen geldt: laten doodbloeden is beter dan formeel de vriendschap opzeggen. Als dit proces vlekkeloos verloopt, wint iedereen: geen ongemakkelijk exitgesprek, geen gekwetste gevoelens. En, het belangrijkst: je houdt de mogelijkheid open dat jullie, in een ander stadium van het leven, de vriendschap nieuw leven inblazen.

Op TikTok circuleren heuse strategieën voor hoe je een vriendschap doet verwateren:

Fase 1: Neem minder initiatief. Doe dit onopvallend.

Fase 2: Vertraag je reactietijd op WhatsApp. Gebruik nog steeds hartjes-emoji's, maar minder frequent.

Fase 3: Zeg dat je het te druk hebt om af te spreken. Stel geen ander moment voor. Blijf aardig.

Fase 4: De vriend is, zonder daar bewust registratie van te hebben gemaakt, 'uitgefaseerd'.

**Voor dit artikel maakte auteur Lena Bril onder meer gebruik van de volgende bronnen: Het grote etiquetteboek (2010) van Beatrijs Ritsema; Even goede vrienden (2023) van Raounak Khaddari; Hanging Out (2023) van Sheila Liming; Friendship (2023) van antropoloog Michael Jackson; Platonic (2023) van Marisa G. Franco; en natuurlijk veel vrienden en mensen met vrienden.**

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 30, pagina 31, pagina 32, pagina 33, pagina 34, pagina 35, pagina 36, pagina 37

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Unicum blijft maar scoren, Nieuwleusen gaat topper met vertrouwen tegemoet en FC Zutphen knokt zich terug**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 05:56 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 1177 words

**Byline:** sportredactie

**Body**

Voor doelpunten moet je in de tweede klasse oost zijn, werd ook dit weekend weer bewezen. Unicum scoorde er weer lustig op los, net als SVI. In de tweede klasse I zagen de supporters van Gramsbergen, Nieuwleusen en FC Zutphen ook genoeg treffers, al vielen die niet altijd aan de goede kant.

Tweede klasse H

Aan doelpunten geen gebrek bij Unicum. Na vier treffers tegen Nunspeet, tien tegen Heerde en tussendoor vier tegen Oene in de beker, worden wordt er ook weer een kwartet gescoord tegen ZZVV. ,,De eerste helft was fantastisch en stonden we met 4-0 voor”, was trainer Pieter Mulders lovend. ,,De tweede helft hebben we plichtmatig de wedstrijd uitgespeeld.” Het resulteerde in de tweede clean sheet in de competitie, waarmee de ploeg uit Lelystad zich weer ‘gewoon’ meldt in de top van 2H.

Unicum - ZZVV 4-0 (4-0). 8. Dyllan Lanser 1-0, 22. Derrwin Wijdenbosch 2-0, 35. Devin van der Valk 3-0, 42. Ricardo Fransberg 4-0.

Epe mocht op bezoek bij het ongenaakbare Hierden. Trainer Marcel van Walderveen was ondanks de 2-0 nederlaag tevreden over zijn ploeg. ,,We stonden verdedigend best goed en speelden prima." Bij rust is de stand dan ook 0-0. Na rust gaat het echter mis bij een corner. ,,Dan is Hierde een lepe ploeg, zij kunnen het goed uitspelen. Maar met name verdedigend was het vele malen beter dan de weken daarvoor. Hier kunnen we mee verder." Dat kunnen Van Walderveen en zijn mannen volgende week laten zien tegen Nunspeet.

Hierden - Epe 2-0 (0-0). 53. Gerjan van den Ham 1-0, 83. Paul van Prehn 2-0.

IJVV is er in een waar kansenfestival tegen kwaliteitsploeg AGOVV met de volle winst vandoor gegaan (2-1). Het makkelijk combinerende AGOVV bepaalde voor rust het ritme, maar drukte dit niet uit in de score. IJVV was gevaarlijk met een knal op de paal (Kelvin Groothand). Tegen de rust hield IJVV-keeper Roy van Dyk zijn ploeg met een drietal knappe reddingen overeind. Niels van Dijk miste een enorme kans om IJVV onverdiend op voorsprong te schieten. Na rust zat IJVV beter in de wedstrijd. Het kansrijke spektakel ging vrolijk verder met wederom een bal van IJVV op de paal (Bas Broekhuizen). Verdediger Martijn de Kleine opende de score met een intikker, waarna IJVV-spits Jarein Schepers in de slotfase de 2-0 maakte. In de extra tijd scoorde Marco Bosz nog 2-1 en kreeg AGOVV-invaller Job Pothof direct rood wegens ruw spel. IJVV kan door de zege omhoog kijken, terwijl AGOVV richting onderste regionen zakt.

IJVV - AGOVV 2-1 (0-0). 73. Martijn de Kleine 1-0, 90. Jarein Schepers 2-0, 90+2. Marco Bosz 2-1. Rode kaart: 90+3. Job Pothof (AGOVV).

Bij elkaar zagen FC Horst en WVF 28 treffers in zeven wedstrijden, gemiddeld vier per duel dus. Maar in het onderlinge treffen was zelfs een strafschop niet goed voor een doelpunt. Ayoub Ben Ali Ahlaq zag al na drie minuten zijn poging vanaf elf meter voor de lijn gekeerd worden, zoals ook in de 83 minuten die volgden geen enkel schot de doellijn zou passeren. Volgende week zullen die vast weer vallen, bij WVF - IJVV en SVI - FC Horst.

FC Horst - WVF 0-0. Bijzonderheid: 4. Ayoub Ben Ali Ahlaq (WVF) mist strafschop.

SVI begon zwak tegen DOS Kampen, maar tactische omzettingen van Dick Krommenhoek, waaronder een extra aanvaller voor een verdediger al voor rust, pakten goed uit. ,,Toen kregen we meer grip. Na rust hebben we bijna geen kans weggegeven en werden wij gevaarlijk vanuit omschakelmomenten.” Zo werd een 0-1 achterstand omgebogen in een 1-4 overwinning, die juist de eerste nederlaag voor de Kamper ploeg betekende. Met ruime zeges op DOS Kampen, WVF en Epe is SVI goed begonnen aan het seizoen. De nederlaag tegen AGOVV is dan een smetje. ,,Een nederlaag die we aan onszelf hebben te wijten”, baalt ook Krommenhoek nog na.

DOS Kampen - SVI 1-4 (1-1). 12. Allan Bakker 1-0, 27. Joey Brummel 1-1, 75. Dani van de Steege 1-2, 85. Jordy Halfwerk 1-3, 90. Kay van Goor 1-4.

Driemaal scoren en toch niet winnen, dat was het lot voor zowel Nunspeet als Hatto Heim. Vooral de bezoekers zullen daarvan balen, want zij hadden eerst een voorsprong van twee doelpunten en kwamen ook vijf minuten voor tijd nog op voorsprong. Het antwoord van Nunspeet liet toen echter niet lang op zich wachten en dus staan beide Gelderse ploegen op vier punten. Komend weekend wacht voor Nunspeet een kraker tegen Epe, Hatto Heim mag de borst natmaken voor een bezoekje van Unicum.

Nunspeet - Hatto Heim 3-3 (1-2). 22. Robin van der Ziel 0-1, 25. Bram Neuteboom 0-2, 43. Asse Visscher 1-2, 66. Dean van Ooijen 2-2, 86. Rowan Mensink 2-3, 88. Reijer Roelofsen 3-3.

Tweede klasse I

Gramsbergen gaf het in de tweede helft helemaal weg. Voor rust was het nog een gelijkopgaande wedstrijd. Een minuut na rust was het eigenlijk al gespeeld. Een slechte terug speelbal resulteerde al snel in de 1-2. Ivar Nijboer zag het ook. ,,Als je zo slap begint, kun je beter gelijk stoppen met voetbal.” Gramsbergen kwam die klap niet meer te boven en Oranje Nassau liep uit naar 1-5. Rick Mulder was kort. ,,Een wedstrijd met twee gezichten.” Na de 1- 3 lukte er bij Gramsbergen niks meer. Er kwam geen fatsoenlijke aanval meer op de mat. Oranje Nassau is de nieuwe koploper.

Gramsbergen - Oranje Nassau 1- 5 (1-1). 18. Roy Seinen 1-0, 33. Jones Alain Goury 1-1, 46. Casey Davis 1-2, 61. Mauro Lodde 1-3, 69. Thijs Hindriks 1-4, 90. Tyres Voort 1-5.

In de eerste helft zaten corners het Nieuwleusen van Jeroen Elzinga dwars, want het waren twee kopstoten uit hoekschoppen die Dieren tweemaal naast de oranjehemden zetten. ,,Na rust was het eenrichtingsverkeer, een terechte overwinning”, kon Elzinga na afloop kort zijn. Nu was de hoekschop eens in het voordeel van zijn ploeg, toen Randy Wolters de 3-2 binnenkopte uit een corner. In de blessuretijd werd het ook nog 4-2. Een mooi opsteker richting de topper tegen koploper Oranje Nassau van volgende week. ,,Ik ben benieuwd. We zijn er wel klaar voor, denk ik.”

SV Nieuwleusen - Dieren 4-2 (2-2). 3. Tieme Brinksma 1-0, 18. Norbert van Engelenburg 1-1, 35. Roy Bollemaat 2-1 (strafschop), 40. Valentijn Mulder 2-2, 82. Randy Wolters 3-2, 90+3. Thomas Koobs 4-2.

De positiviteit overheerste na afloop bij FC Zutphen na het gelijkspel tegen ATC’65, al was dat in de rust wel anders. ,,We deden in de eerste helft niet waar we goed in zijn”, analyseerde trainer Mark Horsman. ,,In de rust hebben we een mooie discussie gehad, een paar dingen aangepast en zo werden we in de tweede helft de baas. We kwamen snel terug van 2-0 tot 2-2.” Er had dus misschien meer in gezeten al Zutphen beter was begonnen. ,,Maar we hebben ons goed hersteld tegen een van de titelfavorieten, dan heb je het gewoon uitstekend gedaan”, besluit Horsman.

ATC'65 - FC Zutphen 3-3 (2-0). 16. Ebi Willemsen 1-0, 36. Max Vasterink 2-0, 48. Milan Klaver 2-1, 55. Timon Kuiper 2-2, 59. Willemsen 3-2, 75. Kuiper 3-3.

Tweede klasse G (zo)

Columbia - DCS

Trekvogels - Schalkhaar

Vorden - Leones

Tweede klasse H (zo)

Dalen - VENO

SC Erica - Steenwijkerwold

SC Emmeloord - Twedo

EMMS - Zuidwolde

Iedere zondagavond het laatste voetbalnieuws als eerste in jouw mailbox? Meld je hieronder aan voor onze speciale voetbalnieuwsbrief:

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Liefde of vriendschap?**

de Volkskrant

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Magazine; Blz. 68, 69

**Length:** 1072 words

**Byline:** CORINE KOOLE

**Highlight:** Tessel wil voor altijd samen zijn met haar grote liefde, al is de relatie nagenoeg seksloos. De zoveelste ruzie daarover heeft een onverwachte uitkomst.

**Body**

De liefde van nu

Tessel (26): 'Ze had een hondje, een teckel, dat ze die middag uitliet langs de grachten. Ik was op weg naar een vergadering en besloot een eindje met haar op te lopen. Met haar, mijn grote liefde, die mij na tweeënhalf jaar samen voor het eerst deed begrijpen wat mensen ertoe brengt om voor altijd samen te willen zijn. Ze was grappig en opwindend; de manier waarop de donkerhouten oorring haar kaak raakte, bracht me iedere keer weer in verrukking. Met zijn tweeën was het altijd ongedwongen, op veel avonden hadden we niks anders nodig dan de hond die op zijn achterpootjes door de kamer met ons meedanste en wat Snapchatfilters waarmee we elkaar fotografeerden.

'We hielden onze pas in, de teckel wilde snuffelen, en ineens boorde zich midden in het terloopse gesprek dat we voerden een onderwerp dat eens in de paar maanden terugkeerde: ons seksleven. Het zat me dwars dat we zelden seks hadden, zelfs de dag ervoor niet, toen we een jubileum van onze relatie vierden. We knuffelden veel, en vielen in elkaars armen in slaap, in het begin hadden we wat geëxperimenteerd met seks, maar de keren daarna waren zo zeldzaam dat ze me aan het huilen maakten.

'Ik heb weleens gevraagd of ze zeker wist dat ze op vrouwen viel. Was wat ze aanzag voor liefde in werkelijkheid niet gewoon een erg goeie vriendschap? Ze schrok als ik dat vroeg. Telkens wanneer ik het onderwerp ter sprake bracht, begon ze te huilen en wilde ik haar alleen maar troosten.

''O, schat, boeien', haastte ik me dan om te zeggen, 'zo belangrijk is die seks nu ook weer niet. Het komt wel goed.' En ik dacht: dit seksloze is kennelijk wie wij zijn, onze manier van een relatie hebben. Dan lieten we de hele kwestie weer een tijd rusten, tot ik een paar maanden later weer subtiel begon te hinten, zij zich weer schuldig voelde, etcetera. Er waren genoeg verzachtende omstandigheden, de stress over haar scriptie die na drie jaar nog niet af was, en over haar veeleisende ouders.

'Soms stelde ze na zo'n gesprek voor om naar een relatietherapeut te gaan, en dan voelde ik me alweer zo erkend, dat ik het prima vond dat dit voornemen door de drukte van alledag vervolgens niet ten uitvoer werd gebracht. Ook deze middag verliep volgens het inmiddels bekende patroon, zij voelde zich miskend door mijn opmerking, we kregen ruzie, ik liep in mijn eentje verder, maar ik wist heel zeker: vanavond komt alles goed, dan zal ik haar knuffelen en omhelzen zoals ik altijd doe, ik zal zeggen: sorry dat ik je zo verdrietig heb gemaakt, en dan kussen we weer. Ja, zo zou het gaan want zo ging het altijd.

'Na mijn vergadering liep ik terug naar haar huis waar ik permanent logeerde, toen ze me een appje stuurde of ik yoghurt wilde meenemen, en meteen daarna nog een bericht: laat maar, kom maar meteen naar huis, we moeten praten. Thuis had ze falafel gemaakt en de yoghurt voor de saus bleek ze zelf te hebben gekocht, want de vertrouwelijkheid van een gezamenlijk huishouden paste ineens niet meer bij wat ze te zeggen had. Maar dat begreep ik later pas. De woorden, 'we moeten praten', kwamen me zo pathetisch voor, dat ze hun gevaar onmiddellijk verloren.

'Tot de ruzie was het alleen maar fijn tussen ons. Toen ik om half 6 binnenkwam, had ze de borden al klaargezet, maar eerst gaf ze me haar laptop met daarop een brief. Ik las allerlei lieve dingen, mijn ogen vlogen erdoorheen, op zoek naar de eigenlijke boodschap, de reden voor de brief, en daar was-ie, acht woorden: 'Ik heb geen romantische gevoelens meer voor je.' Ze maakte het uit en bezwoer me niet te proberen haar op andere gedachten te brengen. Ik kreeg tranen in mijn ogen, niet van verdriet maar van ongeloof. Haar brief eindigde met de opmerking dat ze me grootmoedig mijn zomer teruggaf, maar ik riep dat ze me mijn zomer juist ontnam met haar besluit.

'Machteloos pakte ik een aardappelschilmes en stak het met grote kracht in een snijplank. Het lemmet was te slap en boog om, maar als gebaar was het dramatisch genoeg om haar een paniekaanval te bezorgen. Ik ging achter haar zitten en deed wat ik zo vaak had gedaan, ik hield haar vast, maar dit keer was anders. Ik had haar in de minuten na het lezen van de brief nog niet aangeraakt en wilde haar knuffelen, maar dat kon dus ook niet meer. Ze trok een muur om zich heen. We hebben gegeten, de couscous en falafel met de yoghurtdressing, en daarna ben ik naar mijn eigen kamer gegaan, waar ik zo lang niet was geweest dat die vol muizenkeutels lag. Dagenlang heb ik niet geslapen, maar ik ging wel elke dag naar de bieb om mijn scriptie te schrijven, net zo lang tot ik niet meer kon en ik mijn ouders belde of ze me wilden komen halen.

'Intussen bleven zij en ik elkaar zien, ze wilde als vrienden verder, en ik was onverbeterlijk in mijn pleasegedrag. Ik wilde zo graag weten wat het precies was waardoor haar romantische gevoelens ineens voorbij waren, hoelang ze dit al voelde, twijfelde ze al tijdens die ene geweldige vakantie? Hoe kon het dat ik niks had gemerkt? Ik schreef een brief die ik niet verstuurde. Aan het gebrek aan seks als mogelijke splijtzwam, dacht ik allang niet meer. Seks besloeg niet meer dan een schamele paar procent van onze relatie. Ik had nog jaren gelukkig met haar samen kunnen zijn zonder. De gedachtespiraal waarin ik rondtolde was gekmakend, ik kon niet meer gewoon door de stad lopen, niet naar muziek luisteren, alles riep die ene vraag op: waarom? Soms sloeg ik met een vlakke hand heel hard op mijn dij, om de ene pijn te verdrijven met de andere.

Een tijd terug stuurde iemand een foto waarop ze te zien was met haar ex-vriend. Ze zijn weer samen. Ze kleedt zich anders, is een ander. Had ze zich vergist met mij? Is ze toch hetero? Troostend vind ik die gedachte niet. Liever denk ik dat ze iemand is die zo veel geluk als dat van ons niet aankan, en het daarom zelf stukmaakte voor het lot dat deed.'

Op verzoek van de geïnterviewde is de naam Tessel gefingeerd. Wil je meer van deze verhalen horen? Luister dan ook naar onze podcast De liefde van nu.

OPROEP

Van eenmalige avonturen tot langlopende relaties: Corine Koole is voor deze rubriek en de gelijknamige podcast op zoek naar verhalen over álle soorten liefde en bijzondere ervaringen die (ook bij jongere lezers) tot nieuwe inzichten hebben geleid. Meedoen? Mail een korte toelichting naar: deliefdevannu@volkskrant.nl

'Kom maar meteen naar huis, we moeten praten'

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 68, pagina 69, pagina 69

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Zuid-Afrika staat er gekleurd op: Springbokken met zwarte parels op voor vierde wereldtitel rugby**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 07:48 AM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 1216 words

**Byline:** Lex Lammers

**Body**

Zuid-Afrika staat vanavond (21.00 uur) in het Stade de France tegen Nieuw-Zeeland voor de vierde keer in de finale van het WK rugby. Steeds meer zwarte spelers dragen het shirt van de Springbokken, jarenlang het symbool van de apartheid. Het succesverhaal verdringt, voor even, de grote sociaal-economische problemen van de regenboognatie.

Het is een iconisch beeld uit de mondiale sportgeschiedenis. Nelson Mandela, die in 1995 de Webb Ellis Cup uitreikt aan Francois Pienaar, captain van het Zuid-Afrikaanse rugbyteam. De president draagt met opzet het tricot van de Springbokken, zo lang het teken van de apartheid. In Johannesburg worden zwart en wit verenigd.

De regenboognatie is wereldkampioen.

De memorabele triomf van Zuid-Afrika is opgetekend in de film Invictus uit 2009. Met Morgan Freeman in de rol van Nelson Mandela en Matt Damon als Francois Pienaar. De wereldtitel wordt veroverd vier jaar nadat de apartheid is afgeschaft. Een jaar na de eerste non-raciale verkiezingen in het land. Mandela gebruikt sport als bindmiddel in een totaal verscheurde natie.

Excuuskaffer

Sindsdien is er veel veranderd aan de Kaap. In 1995 droeg slechts één zwarte speler het shirt van de Springbokken: Chester Williams, in 2019 overleden. Hij werd liefkozend de Zwarte Parel genoemd, maar evengoed op racistische toon weggezet als de ‘excuuskaffer’. De zwarte die voor de internationale bühne mee mocht doen met de witte elite.

Zaterdagavond gaat Zuid-Afrika in Stade de France in Parijs opnieuw op voor de wereldtitel. Tegenstander is dan net als in 1995 Nieuw-Zeeland. En dan draagt een zwarte speler de aanvoerderband: Siya Kolisi. Dan razen Cheslin Colby en Kurt-Lee Arendse over de flanken. Kleurlingen. Zij strijden samen met sloophamers uit Nelspruit, Durban en Port Elizabeth, verankerd in de Nederlandse en Franse boerenachtergrond. Zoals Faf de Klerk, Pieter-Steph du Toit, Frans Malherbe, Duane Vermeulen en Franco Mostert.

Mix van rassen

De selectie van bondscoach Jacques Nienaber telt deze wereldbeker veertien gekleurde spelers. In een groep van 33 man. Ze zijn zwart of van gemengd ras. In alles komt daarmee de ontwikkeling van het rugby na de afschaffing van de apartheid in Zuid-Afrika tot uiting. Langzaam maar zeker breken steeds meer zwarte topspelers door bij de Bokken.

,,Als je naar dit team kijkt”, stelde legende Pienaar voor het WK, ,,dan is dit echt de regenboognatie. Een reflectie van het moderne Zuid-Afrika. Het hele land leeft ook mee. In 1995 waren, denk ik, vier tot vijf miljoen Zuid-Afrikanen rugbygek. Nu zijn dat 60 miljoen mensen.”

De politiek heeft daarin een hand. Het apartheidsregime gebruikte rugby jarenlang om de verschillen tussen rassen te benadrukken, de regeringen later bevolen dat de Springbokken een mix van rassen moest zijn. Een afspiegeling van de maatschappij.

Quotumregeling

Daarvoor werd een quotumregeling ingevoerd. Elke bondscoach moest een verplicht aantal niet-blanken selecteren. Dat was nog best lastig, talent stond nu eenmaal niet zomaar klaar, en riep onder de witte rugbyfans ook alom weerstand op. Het compromis zou de Bokken verzwakken.

Dat vervolgens Brian Habana tot vol wasdom kwam, als de zwarte vedette van de wereldkampioen in 2007, was daarmee een zegen. En nu, bijna drie decennia later, is het quotum niet zozeer het thema. In 2019 werd Zuid-Afrika weer wereldkampioen. Voor de derde keer. Met Kolisi al als aanvoerder en Colby als ster.

Als je naar dit team kijkt, dan is dit echt de regenboognatie

Rugby brengt Zuid-Afrika anno 2023 in vervoering. Natuurlijk is de zwarte bevolking nog altijd voetbalgek. Daar zijn Orlando Pirates en Kaiser Chiefs het onderwerp van gesprek. Maar ook in de townships wordt tegenwoordig volop rugby gespeeld. Voor enthousiast publiek. En Colby en Kolisi zijn nu nationale helden, die samen met De Klerk en de reus Eben Etzebeth op posters in de winkelcentra prijken.

,,We zijn een team van verschillende rassen, maar op het veld zijn we één. Eén land”, zegt Kolisi voortdurend.

Donkere tijden

Staan de Springbokken er zo gekleurd op, Zuid-Afrika beleeft donkere tijden. De regenboognatie gaat gebukt onder een hoge werkloosheid. Die bedraagt 32 procent van de beroepsbevolking. De criminaliteit tiert welig en moordpartijen zijn zowat aan de orde van de dag. Daarbij is er nog het wonderlijke fenomeen van load shedding. In Zuid-Afrika wordt de elektriciteit elke dag voor meerdere uren afgesloten. Zit een heel land dus zomaar in het donker.

In Zuid-Afrika heerst ook honger en armoede onder grote delen van de bevolking en zijn er schandalen in regeringskringen. Door corruptie en zelfverrijking. Voormalig president Jacob Zuma, jarenlang leider van de ANC, heeft met vrienden zo 29,5 miljard (!) euro verduisterd.

Nelson Mandela zou zich omdraaien in zijn graf.

Verdeeldheid

De apartheid mag daarbij ook zijn afgeschaft, maar de verdeeldheid borrelt in Zuid-Afrika nog absoluut onder de oppervlakte. Met nog steeds financiële ongelijkheid, maar ook omgekeerd racisme. Dat de witte Afrikaners, in hun beleving, worden achtergesteld.

Zaterdagavond telt dat alleen allemaal niet. Dan is er geen load shedding in Zuid-Afrika. Overal zal de finale worden bekeken. In de steden, de dorpen en de rijke ‘witte’ buurten, omgeven door muren met prikkeldraad. In de townships. Van Johannesburg en Kaapstad, tot Durban en pakweg Hermanus.

,,Wij strijden voor het land”, zegt Kolisi. ,,Het gaat niet om ons op het veld. Het gaat om de mensen thuis en wat die ons geven. Velen kunnen zich de reis naar Frankrijk niet veroorloven, maar ze leven ontzettend met ons mee. We ontvangen video’s, scholen zingen voor ons. De steun is fenomenaal.”

De Bokken gaan zo op voor hun vierde wereldtitel. Voor een herhaling van 1995 én 2019. Met ditmaal Kolisi als iconische captain. Een zwarte reus in een ooit door witte Afrikaners gedomineerde sport in het land.

De finale van het WK-rugby, Zuid-Afrika - Nieuw-Zeeland, begint zaterdag om 21.00 uur en is live te zien op Ziggo Sport.

Zuid-Afrika verloor nog nooit een WK-finale

Met Zuid-Afrika en Nieuw-Zeeland staan de grootste rugbylanden ter wereld in de eindstrijd van het WK. Beide naties zijn drievoudig kampioen. Maar de Springbokken verloren nog nooit een finale.

Zuid-Afrika won in 1995, 2007 en 2019 de wereldtitel. Nieuw-Zeeland veroverde in 1987, 2011 en 2015 de Webb Ellis Cup. Maar de All Blacks gingen in 1995 in de finale onderuit (15-12).

Bij Nieuw-Zeeland doet Sam Whitelock mee. Hij is de eerste speler ter wereld die vier keer een halve finale heeft gespeeld. En als de All Blacks de finale winnen, wordt hij de eerste rugbyer met drie wereldtitels.

Oudjes doen het goed op dit WK. In de startopstelling van Zuid-Afrika in de halve finale tegen Engeland (16-15) stond geen enkele speler onder de 30 jaar.

Maar in de finale zijn ook alle ogen gericht op een jonkie. All Black Will Jordan, 22 jaar, heeft dit toernooi al acht tries gescoord. Hij heeft nog één try nodig om op een enkel toernooi de legendes Jonah Lomu (Nieuw-Zeeland, 1999), Brian Habana (Zuid-Afrika 2007) en Julian Savea (Nieuw-Zeeland, 2015) uit de boeken te schrijven. Lomu en Habana drukten op WK’s in totaal wel vijftien keer een try. Dat is een all-time record. De Engelsman Jonny Wilkinson, wereldkampioen in 2003, houdt het record in handen voor de meeste punten in de WK-historie, met 277 punten.

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Kan Rutte baan als NAVO-baas nog mislopen? ’Als hij echt wil, zijn er geen grote hobbels meer’; Voorganger De Hoop Scheffer ziet vrijwel alle lichten op groen staan**

De Telegraaf.nl

28 oktober 2023 zaterdag 2:53 PM GMT

Copyright 2023 Mediahuis Nederland BV All Rights Reserved



**Section:** BINNENLAND; FRONTPAGE

**Length:** 1326 words

**Byline:** Alexander Bakker en Mike Muller

**Dateline:** Den Haag

**Body**

Demissionair premier Mark Rutte zou een ’volledig gekwalificeerde’ secretaris-generaal van de NAVO zijn. Dat zegt Jaap de Hoop Scheffer, de voormalig secretaris-generaal van de NAVO tegen De Telegraaf. „In Europese hoofdsteden én in Washington wordt nu Rutte dit signaal afgegeven heeft wel even met elkaar gebeld”, zegt De Hoop Scheffer. „Men weet wat voor vlees ze in de kuip hebben.”

Over onze premier wordt in NAVO-kringen al langer gezegd: als Mark Rutte de baan wil, kan hij ’m krijgen. Het bondgenootschap is al langer op zoek naar een nieuwe secretaris-generaal. Tevergeefs, daarom is de termijn van de huidige baas, Jens Stoltenberg, al een aantal keer verlengd.

Afgelopen voorjaar leek het er even op dat de Noorse oud-premier zou worden opgevolgd door de Deense minister-president Mette Frederiksen. Maar volgens diplomaten lagen de Britten dwars nadat hun kandidaat, toenmalige defensieminister Ben Wallace, eerder werd afgewezen voor de topfunctie.

De Amerikanen, die een hoofdrol spelen bij het aanwijzen van de NAVO-chef, hebben daarop Stoltenberg gevraagd om voor de tweede keer met een jaar aan te blijven.

Haagse ingewijden hebben tegen De Telegraaf verteld dat het Witte Huis eerder Rutte heeft gepolst of hij belangstelling heeft. Rutte liet in het openbaar, ook via De Telegraaf, weten geen belangstelling te hebben. Maar zaterdag veranderde hij van toon en blijkt dat hij beschikbaar is. De functie van hoogste baas bij de NAVO noemt hij ’heel interessant’ en daarin zou hij ook ’nog wat kunnen bijdragen’.

’Reken maar dat dit signaal wordt opgepikt’

„Rutte heeft als voordeel dat iedereen hem al kent”, zegt De Hoop Scheffer. „Nu Rutte dit signaal heeft gegeven wordt dat in alle Europese hoofdsteden én in Washington opgepikt, reken daar maar op.” De Hoop Scheffer (CDA) was – na zijn ministerschap op Buitenlandse Zaken – van 2004 tot 2009 secretaris-generaal bij de NAVO. Hij ziet ’geen grote hobbels’ voor Rutte om de functie binnen te halen als hij dat echt wil.

„Men weet wat voor vlees ze in de kuip hebben. Iedereen kent Rutte, van het Witte Huis tot alle leiders in de Europese Unie, waar hij veel gezag heeft. Hij ontmoette ook de Chinese president Xi Jinping en in het verleden zelfs Poetin, al zijn de relaties met hem op een dieptepunt gekomen. Maar dat komt natuurlijk niet door Rutte.”

Top in Washington

Op de NAVO-top van Washington in juli krijgt het militair bondgenootschap hoogstwaarschijnlijk een nieuwe leider. De wisseling van de wacht vindt plaats op een bijzonder moment, want de politieke en militaire alliantie viert in de Amerikaanse hoofdstad haar 75-jarig bestaan.

En mogelijk dus met een Nederlands tintje. Volgens De Hoop Scheffer is de machtige functie voor de ’politieke prestige’ van ons land goed. „De secretaris-generaal bij de NAVO leidt overigens niet op basis van macht, maar op basis van gezag. Je kunt niets afdwingen. De NAVO heeft ook geen vliegtuigen of tanks. Die hebben de individuele lidstaten. Daar moet je dus gezag hebben. En dat heeft Rutte. Hij is volledig gekwalificeerd voor deze functie.”

Mistige procedure

Of Rutte het gaat worden moet de komende tijd nog maar blijken, de procedure is best mistig. Zo komt er geen openbare sollicitatieronde, waardoor het voor de buitenwereld soms gissen is wat er achter gesloten deuren wordt besproken. „De selectie vindt plaats via informeel diplomatiek overleg tussen de lidstaten, die kandidaten voor de post naar voren schuiven. Geen enkel besluit wordt bevestigd voordat er consensus is bereikt over één kandidaat. Traditioneel wordt deze functie bekleed door een Europese hoge politieke figuur”, schrijft de NAVO er zelf over.

Wat het bondgenootschap onvermeld laat is dat de Amerikanen, verreweg het belangrijkste en machtigste NAVO-land, de eerste doorslaggevende stem hebben. Maar ook alle andere lidstaten moeten akkoord gaan met de beoogde baas: tegenstanders kunnen zwaaien met een veto. Als Rutte écht wil, zal de Nederlandse NAVO-ambassadeur de komende tijd dus gaan lobbyen bij zijn collega’s.

NAVO niet langer ’hersendood’

Vanwege onder meer de oorlog in Oekraïne en andere spanningen in de wereld gaat de voorkeur, volgens NAVO-diplomaten, uit naar een (voormalig) regeringsleider. Iemand die bestaande korte lijntjes heeft met premiers en staatshoofden. Een trend die ook De Hoop Scheffer opvalt. „Sinds mijn vertrek zijn er inderdaad geen secretarissen-generaal meer geweest die ’slechts’ minister zijn geweest zoals ikzelf, maar altijd regeringsleiders.”

Wel is de baan relevanter dan de afgelopen decennia, die voor de NAVO relatief luw waren. De Russische president Poetin heeft de alliantie, die eerder door de Franse president Emmanuel Macron ’hersendood’ werd genoemd, weer nieuw leven in geblazen na de inval in Oekraïne.

Voor het eerst sinds de Koude Oorlog worden defensiebudgetten daarom weer massaal opgeschroefd en versterken tienduizenden militairen de oostflank van het bondgenootschap. Bovendien is Finland, met een ruim 1300 kilometer lange Russische grens, toegetreden. Binnenkort volgt Zweden.

Onderhandelingen

In NAVO-kringen gaat het scenario rond dat het bondgenootschap nog voor de Europese verkiezingen in juni 2024 de nieuwe baas wil aanstellen. Zo kan voorkomen worden dat de NAVO-post verstrengeld raakt in het reusachtige onderhandelingsspel voor de verdeling van EU-topfuncties.

Daarnaast spelen verschillende factoren een rol: haalt Nederland bijvoorbeeld de NAVO-investeringsnorm van ten minste 2 procent van het bbp? Net niet, zo bleek op Prinsjesdag. Maar wel bijna. En daarmee haalt Nederland veel andere lidstaten rechts in. En zoals opgemerkt zijn de jarenlange ervaring en contacten van Rutte een pre.

Wat ook helpt: onze onvoorwaardelijke steun aan Oekraïne en de historisch stevige relatie met de Verenigde Staten. En ook binnen het NAVO-grondgebied levert onze krijgsmacht, ondanks de bescheiden omvang, al jaren een belangrijke bijdrage: onze mannen en vrouwen worden ingezet in onder meer Litouwen en Roemenië.

Mette Frederiksen

Toch kan de Deense premier Mette Frederiksen nog altijd een geduchte concurrent vormen: ze is een vrouw. En ook de NAVO wil een steentje bijdragen aan het modieuze genderdebat.

Of Frederiksen zelf nog wil, is onduidelijk. Er wordt gefluisterd dat haar vorige poging al beschadigend was voor haar positie in de nationale politiek: wie wil er immers een leider hebben die al half met een been buiten de deur staat? Ook dat is een voordeel voor Rutte: hij heeft zijn handen na de verkiezingen en de formatie zo goed als vrij.

Dat eerder is gezegd dat een vrouw de functie moet krijgen, vindt oud-secretaris generaal De Hoop Scheffer bovendien niet zo relevant. „Dat zou natuurlijk mooi zijn, maar dan moet die er wel zijn. Ik zie persoonlijk nu geen echte concurrent voor Rutte.”

Salaris

Als Rutte de baan krijgt, dan gaat de Hagenaar er financieel flink op vooruit. Het is overigens een publiek geheim dat de liberaal daar helemaal niets om geeft. Het huidige bruto maandsalaris van de Nederlandse minister-president is circa 13.000 euro. Volgens de populaire Noorse nieuwssite Nettavisen krijgt Stoltenberg elke maand 26.878 euro gestort. Als topdiplomaat hoeft hij geen belasting te betalen.

Bij de functie hoort bovendien een goed beveiligde dienstwoning in wat in Brussel de ’Square des Milliardaires’ wordt genoemd, de enige afgesloten en private straat van de Belgische hoofdstad.

Mocht Rutte daadwerkelijk de nieuwe voorman worden, kan hij op het NAVO-hoofdkwartier overigens nog regelmatig in het Nederlands bijpraten. De verdieping waar het kantoor van de secretaris-generaal zit is al deels Nederlandstalig. De hoogste militair van het bondgenootschap zit daar namelijk ook: de Nederlandse luitenant-admiraal Rob Bauer.

En ook een andere topman is voor Rutte geen onbekende: David van Weel, zijn voormalige rechterhand in Den Haag, is nu rechterhand van de NAVO-baas. En alsof dat nog niet genoeg is: Nederland is in 2025 aan de beurt om de jaarlijkse NAVO-top te organiseren.

**Load-Date:** October 29, 2023

**End of Document**



**Niet meer helemaal naar Nijmegen: ook ‘eerste hulp’-post voor verwarde personen in Tiel**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 05:54 AM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 1455 words

**Byline:** Joni van Essen

**Body**

Je woont in het rivierengebied en verkeert in acute psychische nood. De politie en ambulance komen en onder begeleiding word je weggebracht. Niet naar een plek in je eigen regio, maar helemaal naar een soort ‘eerste hulp’-post van de GGZ; in Nijmegen, Ede of Arnhem. Nog wel, want vanaf 1 november opent er namelijk ook zo'n post in Tiel: beter voor de tientallen patiënten, fijner voor de hulpdiensten die zo meer tijd hebben voor andere zaken dan vervoer.

De tafel zit aan de grond geschroefd, de stoelen zijn van zacht materiaal. ,,En de muren hebben een groene kleur waarvan gebleken is dat hij rustgevend werkt”, zegt René van Kleef van Pro Persona. Hij is als zorgmanager betrokken bij de ontwikkeling van de crisisdienst in Tiel. Aan de muur hangen geen schilderijen. ,,Daar zouden mensen die in de war zijn, betekenissen aan kunnen geven. Het is een prikkelarme ruimte, erop ingericht dat mensen zich niet kunnen beschadigen.”

Zie daar, de crisis beoordelingskamer (CBK). Niet in Nijmegen, Arnhem of Ede, waar ze al zitten, maar in Tiel. Op 1 november opent de kamer zijn deuren aan de Siependaallaan, pal naast Ziekenhuis Rivierenland.

Niet in de cel thuishoren

De locatie wordt de plek waar mensen met verward gedrag uit Rivierenland en omgeving met vermoedens van psychiatrische problematiek naartoe worden gebracht. Naast Culemborg, West Betuwe, Buren, Neder-Betuwe en Tiel, vallen West Maas en Waal en - in Overbetuwe - de plaatsen Zetten, Andelst, Herveld en Valburg onder het aandachtsgebied voor de locatie-Siependaal.

,,Wat al jaren speelde, was de discussie dat verwarde personen in de politiecel belandden en daar een beoordeling werd gedaan door de GGZ”, weet Van Kleef. ,,Daar hebben we wat van gevonden in Nederland, namelijk dat die mensen niet in de cel thuishoorden.”

,,Parallel daaraan liep ook de centralisatie van de zorg, met name van opnameafdelingen.” Dat leidde in Tiel bijvoorbeeld tot het sluiten van de afdeling acute opname (twintig bedden en twee separeerruimtes voor volwassenen) in 2019. ,,Die centralisatie betekende eigenlijk dat cliënten nauwelijks meer op ons kantoor beoordeeld konden worden, omdat er niemand in ons gebouw was buiten kantoortijden; en tegelijkertijd de cellenblokken van de politie dicht gingen.”

Naar Tiel is het al ver, maar Nijmegen is wel héél erg ver om naartoe te gaan voor een beoordeling, een gesprek

Rol die verslaving speelt

Het stimuleerde de komst van een aparte crisisbeoordelingskamer voor de crisisdienst, zegt Van Kleef. ,,Zodat die in een veilige omgeving mensen kan beoordelen die verward zijn en waarbij het vermoeden is van psychiatrische problematiek.” Vorig jaar werd al duidelijk dat Pro Persona voor een koerswijziging ging en juist bedden in de regio wil houden.

Ook Iriszorg, instelling voor verslavingszorg en maatschappelijke opvang, levert een bijdrage aan de CBK. Dat heeft onder meer te maken met de achtergrond van die problematiek: daarin wil verslaving nog weleens een rol spelen, weet Van Kleef. En ook belangrijk: de personele bezetting. Iriszorg neemt een deel daarvan voor zijn rekening, Pro Persona ook; de beveiligers die bij aankomst van een verward persoon worden opgeroepen, zijn weer in dienst van Ziekenhuis Rivierenland.

Het team dat de beoordeling doet, bestaat uit een sociaal psychiatrisch verpleegkundige en een arts, legt Van Kleef uit. Op de achtergrond is een altijd psychiater beschikbaar om mee te denken. ,,Die kunnen we bellen en hij kan indien nodig ook ter plaatse komen.”

Voorkeur gaat uit naar thuis

De verwachting is dat er op jaarbasis zo'n vijftig mensen in de Tielse CBK beoordeeld zullen worden, zegt zorgmanager Van Kleef. ,,We gaan uit van één iemand per week.” Dat klinkt niet als heel veel, maar dat is ook niet de bedoeling: de CBK is echt bedoeld voor crisissituaties. ,,Het liefst beoordelen we thuis”, legt de zorgmanager uit. ,,Je ziet dan hoe iemand leeft, krijgt informatie van naasten, kan kijken of je toch iemand niet hoeft op te nemen.” Vincent Visser, portefeuillehouder Zorg & Veiligheid Gelderland-Zuid bij de politie, bevestigt dat iemand thuis ‘zien’ de voorkeur heeft. ,,Dat is wat we proberen; en vaak gaat het best goed.”

De voornaamste ‘winst’ van de opening van de Tielse CBK zit in de reisbewegingen. Nu zijn mensen in acute psychische nood nog aangewezen op CBK's in Nijmegen of Arnhem. ,,Je zal in Spijk wonen”, schetst Van Kleef: dat ligt in het uiterste westen van de gemeente West Betuwe. ,,Naar Tiel is het al ver, maar Nijmegen is wel héél erg ver om naartoe te gaan voor een beoordeling, een gesprek. Om vervolgens misschien gewoon weer naar huis te kunnen. Het is een mijl op zeven.”

Erg vervelend voor de persoon, maar het drukt óók op de capaciteit van de hulpdiensten; en niet alleen de ambulance. ,,Dan is het ontzettend fijn dat we nu snellere afhandeling hebben, er minder politiebemoeienis is met iemand die eigenlijk zorg nodig heeft”, zegt politieman Visser.

Wij hebben het geweldsmonopolie, zijn daar ook ter bescherming voor de hulpverleners. Dat hoort bij de politietaak

Steeds meer meldingen van overlast

In het politiedistrict Gelderland-Zuid is één CBK, namelijk Nijmegen; Arnhem valt onder Gelderland-Midden. ,,Wij vervoeren geen mensen in psychische noodtoestand meer in de politieauto, daar komt de ambulance voor”, schetst Visser. ,,Daar hebben we goede afspraken mee gemaakt.”

Wel krijgt de politie nog altijd steeds meer meldingen binnen van overlast door verwarde personen. En los van het ter plaatse gaan, gaat er nog weleens ‘politie mee ter ondersteuning’ als de ambulance iemand vervoert, zegt Visser. ,,Dat doen we nog wel voor de veiligheid als de ambulance het vraagt. Dan rijden we mee en blijven we tot de verpleegkundige van de CBK zegt dat het veilig is.” Immers: ,,Wij hebben het geweldsmonopolie, zijn daar ook ter bescherming voor de hulpverleners. Dat hoort bij de politietaak.”

Een kanttekening bij de Tielse CBK is wel dat het geen 24-uurspost is: de beoordelingskamer is alleen tussen 08.30 en 23.00 uur open. ,,Dat heeft er met name mee te maken dat we geen financiering hebben om 's nachts voldoende eerste opvang in de CBK te organiseren”, zegt Van Kleef. Buiten die tijden moet de ambulance, net zoals nu, verder rijden naar Nijmegen of Arnhem.

Verwarde personen in de cel, zo zit dat

Een aantal jaar geleden gebeurde het nog veelvuldig dat mensen die verward gedrag vertoonden, in een politiecel belandden. Datgebeurde in het politiedistrict Gelderland-Zuid in 2016 nog 140 keer; een aantal dat in 2020 was gedaald naar vier gevallen.

De politie zag eerder geen andere mogelijkheid en agenten waren veel tijd kwijt aan rondbellen voor hulp die wel paste. De komst van de beoordelingskamers bood soelaas.

Komt het dan helemaal niet meer voor? ,,Heel sporadisch. Het kan, in uiterste noodsituaties”, zegt Vincent Visser, portefeuillehouder Zorg & Veiligheid Gelderland-Zuid bij de politie. ,,Stel, iemand staat op een marktplein, vertoont zwaar verward gedrag en wij moeten handelen, willen maatschappelijke onrust voorkomen en kunnen niet wachten tot de crisisdienst ter plaatse is. Dan wil het nog weleens zijn dat we iemand meenemen naar het bureau, maar dat gebeurt bijna nooit meer.”

Een beeld dat zorgmanager Van Kleef bevestigt. ,,Het komt eigenlijk niet voor”, zegt hij. ,,Het zijn uitzonderingen, maar ik zou ze op het moment niet eens kunnen bedenken. Een goede ontwikkeling.” De zorgmanager heeft een achtergrond als sociaal psychiatrisch verpleegkundige. ,,Ik heb dat jarenlang gedaan, die gesprekken in een politiecel. Maar daar heb je heel andere gesprekken dan bij ons op het kantoor of bij iemand thuis.”

En dat heeft alles te maken met die setting, denkt hij. ,,We maken ons wel kenbaar, zijn geen onderdeel van de politie. Maar toch is voor iemand die verward is, op zo'n moment lang niet altijd duidelijk wie wij zijn.Benader je iemand op een andere locatie, ben je veel duidelijker een hulpverlener. Dan is er sneller openheid en kan iemand zich denk ik ook makkelijker openstellen voor hulp.”

Feiten en cijfers

De politie registreerde in de periode 2017-2021 circa 886.000 incidenten waarbij verwarde personen zijn betrokken, zo becijferde ze zelf eind vorig jaar.

Het gaat daarbij nadrukkelijk om alle incidenten, en niet alleen de overlastmeldingen. Die laatste meldingen worden onder een aparte code geregistreerd – E33 – en zijn goed voor 64 procent van alle incidenten in dat tijdsbestek. ,,Aan 535.000 incidenten kunnen we 187.000 unieke personen koppelen”, zei Martin Sitalsing, landelijk portefeuillehouder verwarde personen.

In de datasets die de politie tot op gemeenteniveau publiceert, is alleen de overlast door verwarde of overspannen personen terug te vinden: die data is hieronder in een interactieve grafiek verwerkt.

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**‘De wolf hoort hier, dus ook in de Canon van de Nederlandse natuur’**

Trouw.nl

28 oktober 2023 zaterdag 08:00 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 1343 words

**Byline:** Onno Havermans

**Body**

Dick de Vos koos en beschreef vijftig soorten voor de Canon van de Nederlandse natuur. Minister Christianne van der Wal neemt het boek maandag in ontvangst in museum Naturalis. Waarom deze vijftig? En welke soorten haalden het niet?

Licht opgewonden loopt Dick de Vos naar de ladekasten onder de vitrines vol opgezette dieren in de Live Science-zaal van Naturalis. “Kijk, ik wil je iets laten zien.” De brede platte la die hij opentrekt ligt vol veren, de meeste van eend-achtigen achter het glas er boven. Nee, die zocht hij niet. Twee rijen verder is het wel raak: tussen tientallen bruinige vlinders knalt het oranje van de grote vuurvlinder eruit, het vrouwtje een fractie groter en met meer zwarte stippen op haar vleugels dan het feloranje mannetje.

De Vos draagt een beige buitenshirt, op zijn borst hangt een verrekijker. “Ik ben ook vogelgids en ik ben net op de foto gezet.” Natuurlijk wilde hij hier afspreken. Natuurhistorisch museum en biodiversiteitscentrum Naturalis staat in Leiden, zijn woonplaats, en drie van de vier leden van zijn ‘hooggeleerde’ redactieteam werken hier. Met hen besprak hij de keuzes voor de vijftig soorten in de Canon van de Nederlandse natuur. Het resultaat is een boek vol prikkelende verhalen, die een diepgravend en vaak verrassend inzicht geven in wat hier leeft en groeit.

Waarom deze vijftig?

“Het boek omvat chronologisch de laatste 12.000 jaar, met uit elke periode wel wat. Wanneer begint de Nederlandse natuur? Vanaf de laatste of de voorlaatste ijstijd zie je de vestiging van typische soorten. Als het ijs smelt en veen gaat ontstaan – hoogveen is een belangrijk kenmerk van onze natuur. De canon begint trouwens met geosmine, een stofje van bacteriën die drie miljard jaar geleden zijn ontstaan en waardoor grondgeur vrijkomt uit de aarde als het regent.

“Ik wilde alle landschappen en alle provincies, dus voor Limburg lag de korenwolf voor de hand, maar we hadden al veel zoogdieren dus ik heb gekozen voor het zinkviooltje. Dat kon ik koppelen aan Eli Heimans, die kort voor zijn dood in De Levende Natuur schreef over de Geuldalflora. En ik wil met deze soorten ook een ode brengen een aantal natuurbeschermers, zoals hij, en Jac. P. Thijsse natuurlijk.”

Hoe ging je te werk?

“Ik wilde een ervaring hebben met elke soort, want ik wil het zelf beleven als ik ergens over schrijf. Het zinkviooltje ben ik gaan zoeken met hoogleraar plantenevolutie Barbara Gravendeel, lid van de adviesraad. Ook het schrijvertje, de draaikever die beroemd is geworden door het gedicht van Guido Gezelle – O krinkelend winkelend waterding met ‘t zwarte kabotseken aan – had ik nog nooit gezien, maar dat vond ik als bijvangst toen ik met Susan Oosterlaar in de Weerribben op zoek ging naar de grote vuurvlinder die ik je net liet zien.

“Voor het boek heb ik drie soorten per week beschreven, week op week af, nadat ik eerst een jaar research had gedaan. Daarvoor had ik een schema gemaakt waarop ik in elk landschap met alle soortgroepen wilde scoren, wat natuurlijk niet helemaal lukte: een vis in het bos, nee. De soorten moesten kenmerkend voor Nederland zijn: grutto, grote vuurvlinder, noordse woelmuis. In principe schrijf ik niet over een groep behalve bij veenmos, dat is een sponzige massa van verschillende soorten door elkaar.

“Als IVN-gids vertel ik graag verhalen, dat vinden mensen leuk en ze onthouden het daardoor beter. Het is mijn stijl geworden, dus ik doe dat ook in de canon. En ik wilde ook actuele thema’s benoemen, dus ook stikstof. Maar pak je dan braam, brandnetel of pijpenstrootje? Je kunt niet over de natuur schrijven zonder het te hebben over grenzen waarop de natuur stuit. Zoals de herten in de Oostvaardersplassen, die kunnen niet naar Duitsland, want er staan hekken omheen omdat toenmalig staatssecretaris Henk Bleker stopte met de Ecologische Hoofd Structuur.”

Dat maakt je boos?

“Natuurlijk. De vraag is hoe wij de natuur robuuster kunnen maken, zonder hekken, en of wij mensen ons als gast gedragen. Nederland is klein, als we niets aan beheer doen groeien de landschappen die we willen en moeten beschermen dicht, dan staan er vliegdennen en berken op de heide. Bos bestaat voor 90 procent uit stervende en dode bomen, daardoor is het zo rijk aan soorten, het trekt insecten en die trekken weer vogels en andere dieren aan. Als je gecontroleerd niks doet, vergroot je die soortenrijkdom.

“Ook de wolf hoort hier, er is genoeg voedsel en woongelegenheid. Als we deze canon eerder hadden gemaakt, had de wolf er niet in gestaan, maar na zijn terugkeer in Nederland vijf jaar geleden verdient hij een plekje. En ja, sommigen eten af en toe een schaap. Maar wat doen wijzelf dan? Terwijl de wolf niet anders kan, die eet wat het meest voorradig is, meestal everzwijnen of herten, maar soms ook veedieren.

“Omdat Nederland het centrum is van de bio-industrie kon ik het everzwijn gebruiken voor het verhaal over domesticatie. Want het varken in de bio-industrie is dezelfde soort, die wij vastzetten en mishandelen om vlees te eten – mijn maag draait om, ik vind dat het moet stoppen, nou ja, de bekende riedel: en verder ben ik van mening dat... Iedereen vindt jonge zwijntjes schattig, maar als ze groot worden gaan we schieten. Wat niet meer nodig is, want nu is er de wolf.”

Je studeerde literatuurwetenschappen, maar werd natuurjournalist en -schrijver. Waarom?

“Ik blijf me verbazen over de enorme rijkdom van de natuur. Wat alleen al in je eigen omgeving aan soorten te ontdekken valt, is fantastisch. Ik ben wel optimistisch over de natuur, die herstelt zich telkens weer. En we weten nog zo weinig. Ga op safari in je eigen tuin en kijk bijvoorbeeld op Obsidentify (een app om wilde planten en dieren mee te herkennen, red.) wat je aantreft.

“Vanuit het redactieteam hield hoogleraar Menno Schilthuizen me voor om niet alleen over gewervelde dieren te schrijven, want dat is slechts het topje van de piramide. Hij attendeerde me op het raderdiertje; nooit van gehoord. Het is piepklein, wij zien het niet. Pas door de zelfgemaakte microscopen van Antoni van Leeuwenhoek is het ontdekt, wat trouwens ook geldt voor bacteriën, maar die had ik al nodig voor het verhaal over de geur van regen. Met het raderdiertje kon ik vertellen over Van Leeuwenhoek, ook geen bioloog. En over de ongewervelden. Ze eten bacteriën en ze worden zelf ook weer gegeten. Zo behandel je de hele voedselpiramide.”

Hoelang gaat deze canon mee?

“Het is altijd een momentopname, ik denk dat de canon over twintig jaar zal worden herzien, misschien al eerder. Ik vrees dat dan de grutto amper nog in Nederland voorkomt, maar wel nieuwe soorten als de wasbeer en de goudjakhals. Nu staat de Amerikaanse rivierkreeft er al in, als invasieve soort.

“Misschien is er dan wel ruimte voor andere soorten, zoals de bloedzuiger die ik helaas moest laten afvallen. Of de potvis, die toch een stukje Nederlandse cultuur vertegenwoordigt. Of het puntig kaalkopje. Er is geen paddenstoel ter wereld die zo bij Nederland hoort. Hij wordt ook als drug gebruikt, maar ik heb gekozen voor de vliegenzwam om het verhaal van de hallucinogene werking te vertellen, en die kennen we beter. Rood met witte stippen.

“De tulp staat er niet in, want je moet wel een hele flexibele definitie hebben wil je die nog tot de natuur rekenen. Net als het aardappelcystenaaltje, de koe, de boerenzwaluw. Te veel landbouw. Ik zou zomaar een canon van de boerennatuur kunnen maken.”

Canon van de Nederlandse natuur – 50 karakteristieke soorten, Dick de Vos, KNNV Uitgeverij, €32,95

Lees ook:

Jelles weekdier: Jammer dat de bloedzuiger de Canon niet in geglibberd is

Alleen kennis en verwondering kunnen de natuur nog redden

Natuurbescherming is hot. Er gaat geen week meer voorbij zonder opmerkelijk nieuws omtrent natuur- en milieubescherming, schreef Patrick Jansen eind september in zijn laatste column voor Trouw.

Waarom we het struinen in de natuur verleerd zijn

Waar is de veldleeuwerik? Naarmate meer soorten verdwijnen, nemen ook onze natuurervaringen drastisch af. ‘De wereld is armer geworden en daarmee zijn we hele dimensies van ons eigen leven kwijt.’

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Vervallen stamkroeg van André Hazes gered van sloop: ‘De zaak is naar de klote geholpen’**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 10:00 AM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 1307 words

**Byline:** René Cazander

**Body**

Wat vind je van dit intro: Zeg je De Plashoeve, dan zeg je André Hazes. Het café-restaurant met hotel in Vinkeveen was dé stamkroeg van de volkszanger. Zijn lijfwacht Robert de Waal en oud-eigenaar Ron van Roekel zijn dan ook blij dat het net zo iconische als vervallen gebouw een nieuwe plek krijgt. Ze blikken terug op de glorietijd van De Plashoeve. ,,Wanneer André er was, spatte de humor ervan af.”

Ron van Roekel woont al jaren met zijn vrouw Liza in het warme Andalusië (Zuid-Spanje). Daar runt hij vakantie-appartementen. Ver weg van Vinkeveen, het dorp aan de Plassen, waar hij vanaf 1993 tot 2006 'gouden tijden’ beleefde. In 1993 nam de toen 27-jarige Amsterdammer als broekie De Plashoeve over. ,,Het was toen vergane glorie. Oubollig. Liza en ik hebben het complex nieuw leven ingeblazen’’, vertelt hij met gepaste trots vanuit het zonnige Spanje.

Hoe? De nieuwe uitbaters brachten meer sfeer in de tent aan de Baambrugse Zuwe. Van Roekel organiseerde themafeesten. Die sloegen aan. De Plashoeve, prachtig gelegen aan de Vinkeveense Plassen, werd een eetcafé, waar veelvuldig gefeest werd. Het werd een begrip. André Hazes, Neerlands bekendste volkszanger die in 2004 overleed, kwam er toen al een biertje drinken. Hij woonde om de hoek. Aan de Groenlandsekade. ,,Ik kende André al uit Amsterdam, maar dat De Plashoeve zijn stamkroeg was, wist ik toen nog niet.”

Elvisstoel

Hazes kwam elke dag wel langs voor een praatje en een drankje, weet de 58-jarige Van Roekel. ,,André stond meestal ’s middags op. Ging dan thuis in zijn Elvisstoel zitten. Daarnaast had hij een koelkastje staan. Dan dronk hij wat biertjes en kwam dan naar ons om ook nog wat te drinken. Hij bleef dan meestal tot een uur of zeven en nam de daghap mee naar huis. Wanneer hij er was, spatte de humor ervan af. Dat waren gouden tijden,” kijkt de voormalig exploitant met weemoed terug.

De twee werden goede vrienden. Hun kinderen zaten bij elkaar op de lagere school, iets verderop in het dorp Baambrugge. ,,Mijn zoon Benjamin zat in dezelfde klas als Roxeanne. Dré zat een klas lager.”

Dank zij de Amsterdamse volkszanger kreeg De Plashoeve landelijke en internationale bekendheid. Hazes gaf er zijn persconferenties, presenteerde er zijn nieuwe elpees en hield er als lokale politicus zijn spreekuur voor de inwoners. Een keer per jaar nodigde hij er zo’n dertig mensen met syndroom van Down uit voor een dagje gezellig drinken, vissen en varen.

Grote idool

De roem van de Plashoeve legde Van Roekel duidelijk geen windeieren. Fans uit het hele land kwamen langs om, als ze geluk hadden, samen met hun grote idool een biertje te drinken. Bekende artiesten, zoals Wolter Kroes, traden daar voor het eerst op en braken door. ,,We stonden op een gegeven moment in de Top 10 van meest bekende cafés in Nederland.”

Nog steeds plukt Van Roekel de vruchten van deze glorietijd. ,,Meer dan 70 procent van de gasten die we in Spanje ontvangen, komt uit De Ronde Venen. De Plashoeve loopt als een rode draad door ons leven.”

Hij vroeg of ik zijn bodyguard en chauffeur wilde worden. Dat was voor mij een droom

Robert de Waal was tien jaar de lijfwacht van de zanger van het levenslied. Hij bewaart eveneens goede herinneringen aan De Plashoeve. ,,Ik heb André daar leren kennen.” Via een bevriende relatie kwam de inwoner van Noorden in contact met de volkszanger. ,,Ik was toen al portier en Hazes-fan.”

De twee raakten aan de praat. ,,Het was heel leuk. Het klikte. Volgende dag belde hij me op: hij wilde met me praten. Ik dacht eerst: ik word in de maling genomen. We spraken weer af in De Plashoeve. Hij vroeg of ik zijn bodyguard en chauffeur wilde worden. Dat was voor mij een droom. Dat was de mooiste tijd van mijn leven.”

20 filmploegen

Waar André ging, was De Waal ruim tien jaar lang ook. De van origine Woerdenaar heeft over zijn belevenissen met Hazes een boek geschreven: De schaduw van André Hazes. Hierin vertelt hij onder meer dat de zanger van het levenslied twee keer een poging deed zichzelf van het leven te beroven. Dit boek komt volgend jaar opnieuw uit. Dan is het 20 jaar geleden dat de zanger van het levenslied is overleden.

Lees verder na de foto.

Met de keerzijde van de roem kreeg de Plashoeve-uitbater Van Roekel te maken, toen Hazes september 2004 overleed. 20 filmploegen, ook uit het buitenland, stonden bij hem in no time op de stoep. ,,De Plashoeve is toen de hele dag dicht gebleven.” In 2006 verkocht Van Roekel zijn tent. Die kans kreeg hij 13 jaar eerder ook al. Toen klopte Hazes zelf bij hem aan. ,,Natuurlijk is alles te koop, maar de deal ging niet door. Ik denk dat ik toen te hoog heb ingezet”, vermoedt hij achteraf.

Na 2006 is De Plashoeve, in de volksmond ook wel Pipi Langkoushuis genoemd, in verval geraakt. Sinds een paar jaar is het houten chalet aan de chique Baambrugse Zuwe zelfs helemaal gesloten. Wie door de ramen naar binnen gluurt, ziet netjes gedekte tafels. Alsof het café-restaurant gisteren gesloten is en elk moment open kan gaan.

Rotte kies

De omwonenden zien het pand, een gemeentelijk monument, als een rotte kies. Zij zijn enthousiast over het plan van de huidige eigenaar, JeeGee Vastgoed. Die wilde het in eerste instantie plat gooien om plaats te maken voor nieuwe appartementen met ondergrondse parkeergarage en horeca.

Gemeente en monumentencommissie staken daar een stokje voor. Zij hebben de sloop voorkomen. Omdat het pand zo uniek is voor De Ronde Venen moet het behouden blijven. Van Roekel en De Waal zijn hier wat blij mee. ,,De Plashoeve hoort bij Vinkeveen. Het brengt zoveel historie en nostalgie met zich mee. De herinnering aan Hazes blijft hierdoor levend”, meent De Waal. Maar ook voor de Vinkeveners zelf is het belangrijk dat het café-restaurant behouden blijft, meent Van Roekel.

Het oude stamcafé van Hazes moet, op de uitbouw aan de achterkant en het bijbehorende verpauperde hotel na, nu verplaatst worden. Dat is een hele klus, voorspelt de eigenaar. De verhuizing is niet voor het eerst. Het etablissement stond oorspronkelijk in Diemen. Daar zou het 'Witte Huis’ in de Tweede Wereldoorlog dienst hebben gedaan als plashuis en later als bordeel. Vervolgens is het chalet in delen naar Vinkeveen vervoerd. De gemeente eist van de eigenaar dat het vermaarde café-restaurant ook nu weer uit elkaar wordt gehaald.

Directeur Johan Zijtveld van JeeGee Vastgoed denkt erover om voor het iconische café-restaurant een plekje in te ruimen in zijn nieuwbouwplannen, laat hij desgevraagd weten. Tegenover De Plashoeve aan de andere kant van de plas wilde de ontwikkelaar oorspronkelijk tussen de boothuisjes een luxe watervilla bouwen. Zijtveld sluit niet uit dat op die plek het monumentale chalet komt. Maar dan niet meer in de functie van restaurant, maar als woonhuis, denkt hij.

Schrok zich rot

De voormalige bodyguard van Hazes vraagt zich hardop af op het pand nog wel verplaatst kan worden. ,,Het is haast niet meer op te pakken.“ Het doet De Waal veel pijn te zien hoe het stukje ’Vinkeveense nostalgie’ de afgelopen jaren ernstig in verval is geraakt. Voor de foto bij dit verhaal ging hij afgelopen week na jaren weer even terug naar De Plashoeve. De inwoner van Noorden schrok van wat hij zag. ,,Het pand was toen al oud, maar nu. Wat is hier gebeurd? Wat jammer! Echt heel zonde. De Plashoeve was Hazes. Ook buiten Vinkeveen had iedereen hier iets mee.”

Zijtveld staat open voor andere ideeën met De Plashoeve, benadrukt hij. De omwonenden hebben eerder al een suggestie gedaan: verplaats De Plashoeve naar Zandeiland 4. Hier is het recreatieschap nog op zoek naar een horecavoorziening. ,,Ook de duikschool kan hier dan mooi bij”, licht Edgar Peer, een van de omwonenden hun plan toe.

Ook Van Roekel doet een leuke voorzet: ,,Maak er desnoods deels een Hazes-museum van met een walk of fame van alle artiesten, die er opgetreden hebben en doe er wat horeca bij. Dat is hartstikke leuk.”

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**'Amper resultaat na stikstofadvies Remkes'**

De Telegraaf

28 oktober 2023 zaterdag

Nederland

Copyright 2023 Mediahuis Nederland BV All Rights Reserved



**Section:** FINANCIEEL; Blz. 36

**Length:** 107 words

**Body**

Caroline van der Plas, de politieke leider van BBB, was zelfs een beetje verliefd op Johan Remkes. Hij bracht een jaar geleden rust in de stikstofcrisis. Maar zijn boeren er sindsdien iets mee opgeschoten? Dat bespreken Robbert Ophorst en Martin Visser in een nieuwe aflevering van 'Kwestie van Centen' met landbouwverslaggever Eva Segaar. De animo voor uitkoop van piekbelasters is nog beperkt, constateert zij. ,,Boeren wachten de verkiezingen af." De maatschappelijke rust lijkt weergekeerd, maar een oplossing is er nog altijd niet. De podcast is te beluisteren via www.DFT.nl en de verschillende podcast-apps.

PDF-bestand van dit document

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Helder**

De Telegraaf

28 oktober 2023 zaterdag

Nederland

Copyright 2023 Mediahuis Nederland BV All Rights Reserved



**Section:** BINNENLAND; Blz. 5

**Length:** 497 words

**Body**

De nevel verdwijnt. Best een voordeel in onstuimige tijden als de huidige. Dat ze ook nadelen hebben blijkt uit de Israëlisch/Palestijnse en de Oekraïense verschrikkingen. Maar laten we wel wezen: als het stormt, wordt de mist weggeblazen en zie je de dingen helderder.

Laten we het in dit verband eens over de hedendaagse linksmens hebben. Tot voor kort was dat niet eenvoudig: hij prefereerde een plek in het vage schimmenrijk der deugers. Op die manier slaagde hij erin de schijn te wekken dat hij de weg van de rede volgde en over een goed ontwikkeld empathisch vermogen beschikte. Maar nu de samenleving zich ononderbroken in windkracht 11 staande moet zien te houden en het anders zo hermetisch gesloten deurtje naar het karakter van de hedendaagse linksmens is opengewaaid, zien we wat hem echt beweegt. Neem zijn reacties op de ongekende terreuraanval van Hamas van 7 oktober in Israël. Of neem zijn commentaren op de mishandeling van Thierry Baudet.

Dat is pure haat.

Ja hoor, er zijn ook redelijke hedendaagse linksmensen.

Zo is er laatst nog eentje aangetroffen in Hengstdijk (Z).

Let wel, ik heb het niet over de oorspronkelijke linksmens. Bijna 130 jaar geleden verenigden zijn bondgenoten en hij zich in de SDAP. Ze kwamen op voor de rechten van de zwaar onderdrukte arbeiders, bleven dat lang volhouden en doen het hier en daar zelfs nog steeds. Je vindt ze bij de SP en in clubs als VrijLinks, waar men bijvoorbeeld niet begrijpt waarom de hedendaagse linksmens de extreemrechtse islam zo innig heeft omarmd. De islam en links zijn in feite onverenigbaar. Inmiddels is echter alleen de oorspronkelijke linksmens die mening toegedaan en springt de hedendaagse, vanzelfsprekend zeer klimaatbewuste linksmens niet meer voor de arbeiders in de bres, maar voor wokisten en moslims. Dat dit hetzelfde is als solidariteit betuigen aan mieren én aan miereneters maakt ze blijkbaar niets uit.

De reacties in die kringen op de pogrom door Hamas en de afschuwelijke gevolgen ervan voor de Joden in Nederland scheppen ineens heel veel duidelijkheid. Laat ik schrijver Tjeerd Langstraat eens (ingekort) citeren: ,,Zelden zoveel haat en hypocrisie gezien als de afgelopen drie weken. Onbeschaamd. Tot en met journalisten aan toe die zelfs hun persoonlijke social mediaprofielen volkwakken met direct overgenomen informatie van Hamas-vertegenwoordigers. Zum kotzen."

De reacties op wat Thierry Baudet werd aangedaan: idem dito. Ik verafschuw zo'n beetje alles wat die man onderneemt en beweert, maar nog geen nanoseconde overwoog ik na die aanval in Gent om hetzelfde neer te pennen als talloze hedendaagse linksmensen, die neerbuigender dan ooit durfden te stellen dat hij hierom had gevraagd, dat het allemaal best meeviel, noem maar op. Het jamaren was ook hier weer niet van de lucht.

Hoorden we zoiets na het taarten van Pim Fortuyn ook niet?

O, storm, houd alsjeblieft nog lang aan.

Het maakt het allemaal zo helder.

Karakter hedendaagse linksmens blootgelegd

PDF-bestand van dit document

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**'Alles hier is besmet terrein zonder Tonio'**

Het Parool

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Amsterdam; Blz. 32, 33

**Length:** 1316 words

**Byline:** ROBERT VUIJSJE

**Highlight:** In Jij ontbreekt aan mij schrijft Mirjam Rotenstreich over het leven zonder haar overleden zoon Tonio. 'Dit is niet voor mensen die het ook hebben meegemaakt. Het is voor buitenstaanders, om te zeggen dat dit doorgaat tot je zelf dood bent.'

**Body**

Robert Vuijsje interviewt Amsterdammers over de stad

Het gebeurt juist tijdens kleine momenten, als je er niet op bent bedacht. De Stadhouderskade ter hoogte van de Hobbemastraat, waar haar zoon Tonio een dodelijk ongeluk kreeg: Mirjam Rotenstreich kan er zonder problemen langs fietsen. Ook zijn geboortedag of sterfdag verschillen nauwelijks van de andere dagen.

"Hij werd geboren op 15 juni. Dat was ook de dag waarop Tonio hoorde dat hij was geslaagd voor de middelbare school. Iedereen hangt dan de schooltassen buiten. Het gaat me niet om zijn verjaardag - door die tassen raak ik helemaal van slag. Ze zijn van kinderen die een leven voor zich hebben en aan een nieuwe fase beginnen. Voor Tonio bestaat dat niet, bij hem is het gestopt."

De vader van Tonio, A.F.Th. van der Heijden, oftewel Adri, publiceerde in 2011 al Tonio, een requiemroman. Nu schreef Mirjam Rotenstreich Jij ontbreekt aan mij, een boek met korte hoofdstukken over verder leven na het overlijden van je kind. "Adri begon meteen, zijn boek verscheen precies een jaar na het overlijden van Tonio. Bij mij was de incubatietijd kennelijk langer."

We zitten in een kamer in haar huis aan de Johannes Verhulststraat, met boekenkasten over alle muren, tot aan het hoge plafond. Mirjam Rotenstreich: "Ik heb dit boek niet geschreven voor mensen die het ook hebben meegemaakt. Het is voor buitenstaanders, om duidelijk te maken dat dit doorgaat tot je zelf dood bent. Je leeft hiermee op ieder moment van iedere dag."

**Is het raar om dit boek te schrijven nadat zijn vader het ook al deed?**

"Nee. Hij schreef over zijn leven met Tonio, ik over het leven zonder hem. Ik heb het boek van Adri grotendeels niet gelezen. De meeste van zijn boeken lees ik niet. Adri vertelt altijd waar hij mee bezig is, ik ken alles al en kan niet meer in het verhaal komen."

"Anderen gaan in therapie, dit is onze manier om het te verwerken. Sinds Tonio er niet meer is, vind ik het erg moeilijk om met een vriendin af te spreken en koffie te drinken. In het boek staat steeds een datum vermeld, waarop ik dat hoofdstuk schreef. Het gaat door, elke dag weer opnieuw."

"Dit begon niet als boek. Ik dacht: dan kom je uit bij clichés en alles is al gezegd door Adri en mij. Op Facebook schreef ik korte stukjes en mensen zeiden dat ik er een boek van moest maken. Het zijn analytische teksten, niet emotioneel of dramatisch. Ik heb begrepen dat het daardoor nog harder aankomt."

**Hoe was je leven in Amsterdam voordat Tonio werd geboren?**

"Het bekende verhaal van een tweedegeneratie-oorlogsslachtoffer met Joodse ouders, al heb ik dat lang ontkend. Ik vond: ik ben geboren in 1959, het is al zo lang geleden. Later zag ik dat ik het toch meekreeg, in alles."

"Eerst zat ik op een Joodse lagere school, Rosj Pina. Dat ging nog wel. Daarna naar het Maimonides. Het was zo'n benepen wereld, zo materialistisch. Je vader moest een grote bankrekening hebben, die van mij had dat niet. En hoe ze spraken over de gojim, de niet-Joden: zij zijn slecht en wij zijn goed. Na twee jaar slikte ik valium en mocht ik van mijn moeder naar het Montessori Lyceum. Ik kwam daar binnen en dacht dat ik in het paradijs was beland, de mensen waren gewoon aardig."

**Wat wilde je worden?**

"Vanaf mijn 13de wist ik al dat ik Nederlandse taal- en letterkunde wilde studeren. Niet om schrijver te worden, ik hield van literatuur. Lesgeven wilde ik ook niet, ik wist niet zo goed wat ik wilde."

**Hoe was het leven hier met Tonio?**

"Erg mooi, ik heb alleen maar goede herinneringen. Toen hij werd geboren, woonden we in de Jacob Obrechtstraat, maar daar begon de bouwwoede toen al. Adri werd er gek van. We zijn even verhuisd naar de Veluwe, dat was geen succes. Ik weet nog hoe blij ik was dat we terug konden naar Amsterdam."

"Uiteindelijk kochten we dit huis, dertig jaar geleden. Veel te duur en te groot, met een te hoge hypotheek. Toen we hier kwamen wonen, was dat nog niet tussen de rijke mensen en de BN'ers, van wie ik de meesten niet herken. De Cornelis Schuytstraat was een normale straat met gewone winkels."

"Mijn moeder was altijd neurotisch en bang dat ons iets zou overkomen. Zo'n moeder wilde ik niet zijn. Als kind fietste ik gewoon naar school, Tonio deed dat ook, al vond ik hem motorisch niet heel handig. Het verkeer is zoveel gevaarlijker geworden, doodeng."

"Toen hij verongelukte was er geen druk verkeer. Kwart voor vijf 's ochtends, na het uitgaan fietste hij naar huis. Alleen die auto en Tonio. Het was het noodlot. Op de bestuurder zijn we nooit boos geweest. Hij had niet gedronken en kwam terug van zijn werk, hij was een jaar ouder dan Tonio."

"Ik voedde Tonio totaal niet Joods op en was er zelf niet mee bezig. Tot 9/11. Tonio was bij de Games Workshop op het Rokin en ineens zag ik een beeld voor me van een klassieke Palestijn die vanaf het Centraal Station kwam om hem, als Joodse jongen, te ontvoeren. Zelf dacht ik nog: Mirjam, wat loop je nou raar te doen? Toch ben ik hem gaan ophalen. Tonio moest er ook een beetje om lachen. Het bleek in me te zitten, door hoe ik ben opgegroeid. Dat gevoel heb ik niet meer gehad tot begin oktober, toen het begon in Israël."

**Hoe is Amsterdam zonder Tonio?**

"Alles is besmet terrein geworden, juist door hoe fijn ik het met had. Samen gingen we overal heen. Naar Artis, de speeltuin, borrels, boekpresentaties. Tonio was erg makkelijk, hij ging met speelgoed in een hoekje zitten."

"We hadden een vaste route. Eerst naar Scheltema, toen nog op het Koningsplein. Dan naar Intertoys op de Heiligeweg en Bart Smit in de Kalverstraat. Later, toen hij wat ouder werd, naar de Free Record Shop. Eerst kon ik niet meer op die plaatsen komen. Nu voel ik me stabiel, maar er hoeft dí­t te gebeuren en ik ben totaal van de kaart."

"Het is minder erg geworden. Wat alleen niet verandert: tussen mij en de gewone wereld zit een onzichtbaar scherm. Wij zitten nu aan tafel, jij merkt niets aan mij. En toch zit dat scherm er. Mijn leven, mijn wereld is geïnfecteerd en dat gaat nooit meer voorbij."

**Waar leef je nog voor?**

"Dat Tonio er is. Zolang als ik leef is hij er nog. Eerst waren Adri en ik acht jaar samen, toen kwam Tonio erbij. Met z'n tweeën hadden wij al een hele sterke band, daarna waren we met z'n drieën. Ik zou ons niet een gezin noemen, het was meer een driemanschap."

"Nu hebben we weer een tweemanschap. Die sterke band is gebleven. Daar leef ik voor. De situatie met Tonio is vreselijk, maar daarnaast heb ik een parallel leven met Adri, waarin we gelukkig zijn met elkaar."

**Heb je overwogen Amsterdam te verlaten?**

"Vanaf waar we wonen kunnen we overal heen. Alleen doen we dat niet meer, het is klaar. Ik ga het huis uit om boodschappen te doen. Een tijdje terug zaten we boven op de bank, we hadden wat gedronken en Adri zei: zullen we het dan toch maar verkopen? Ik zei: o?"

"We zijn er nog niet uit. Alles in dit huis herinnert aan Tonio. Dat wil ik niet meer, maar toch ook weer wel. Ik zou sneller naar het buitenland verhuizen dan naar een andere plaats in Nederland. Drie weken geleden heb ik bijna een huis gekocht in Monpazier, in de Dordogne. Daar zijn we een paar keer met Tonio geweest. Daardoor heeft het eenzelfde gevoel als Amsterdam. Het herinnert me aan hem."

**De stad van... Mirjam Rotenstreich**

Echt Amsterdams "Vroeger werd ik vrolijk van over de grachten fietsen. Nu doet het ongewild pijn. Dat komt door Tonio.

"Accent "Ik denk redelijk ABN.

"Havermelk "Dan zie ik een jongen met een knotje voor me, achter een laptop in zo'n koffietent. Waar het voor staat? Daar ben ik niet zo mee bezig.

"Huur of koop "Koop. Huur is erg duur en als je iets koopt, kun je het ook weer verkopen.

"Import "Als je voelt dat dit jouw plek is, dat je er thuiskomt, dan ben je een Amsterdammer. Adri komt uit Brabant, maar is meer Amsterdammer dan hij ooit Brabants is geweest."

'De situatie met Tonio is vreselijk, maar daarnaast heb ik een parallel leven met Adri'

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 32, pagina 33

**Graphic**

Mirjam Rotenstreich: 'Ik zou ons niet een gezin noemen, het was meer een driemanschap.' foto erik smits

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Na A.F.Th. van der Heijden schrijft ook Mirjam Rotenstreich over overleden zoon Tonio: ‘Zonder hem is alles in Amsterdam besmet terrein geworden’**

Het Parool.nl

28 oktober 2023 zaterdag 01:01 AM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 1371 words

**Byline:** Robert Vuijsje

**Body**

In Jij ontbreekt aan mij schrijft Mirjam Rotenstreich over het leven zonder haar overleden zoon Tonio. ‘Tussen mij en de gewone wereld zit een onzichtbaar scherm. Mijn leven, mijn wereld is geïnfecteerd en dat gaat nooit meer voorbij.’

Het gebeurt juist tijdens kleine momenten, als je er niet op bent bedacht. De Stadhouderskade ter hoogte van de Hobbemastraat, waar haar zoon Tonio een dodelijk ongeluk kreeg: Mirjam Rotenstreich kan er zonder problemen langs fietsen. Ook zijn geboortedag of sterfdag verschillen nauwelijks van de andere dagen.

“Hij werd geboren op 15 juni. Dat was ook de dag waarop Tonio hoorde dat hij was geslaagd voor de middelbare school. Iedereen hangt dan de schooltassen buiten. Het gaat me niet om zijn verjaardag – door die tassen raak ik helemaal van slag. Ze zijn van kinderen die een leven voor zich hebben en aan een nieuwe fase beginnen. Voor Tonio bestaat dat niet, bij hem is het gestopt.”

De vader van Tonio, A.F.Th. van der Heijden, oftewel Adri, publiceerde in 2011 al Tonio, een requiemroman. Nu schreef Mirjam Rotenstreich Jij ontbreekt aan mij, een boek met korte hoofdstukken over verder leven na het overlijden van je kind. “Adri begon meteen, zijn boek verscheen precies een jaar na het overlijden van Tonio. Bij mij was de incubatietijd kennelijk langer.”

We zitten in een kamer in haar huis aan de Johannes Verhulststraat, met boekenkasten over alle muren, tot aan het hoge plafond. Mirjam Rotenstreich: “Ik heb dit boek niet geschreven voor mensen die het ook hebben meegemaakt. Het is voor buitenstaanders, om duidelijk te maken dat dit doorgaat tot je zelf dood bent. Je leeft hiermee op ieder moment van iedere dag.”

Is het raar om dit boek te schrijven nadat zijn vader het ook al deed?

“Nee. Hij schreef over zijn leven met Tonio, ik over het leven zonder hem. Ik heb het boek van Adri grotendeels niet gelezen. De meeste van zijn boeken lees ik niet. Adri vertelt altijd waar hij mee bezig is, ik ken alles al en kan niet meer in het verhaal komen.”

“Anderen gaan in therapie, dit is onze manier om het te verwerken. Sinds Tonio er niet meer is, vind ik het erg moeilijk om met een vriendin af te spreken en koffie te drinken. In het boek staat steeds een datum vermeld, waarop ik dat hoofdstuk schreef. Het gaat door, elke dag weer opnieuw.”

“Dit begon niet als boek. Ik dacht: dan kom je uit bij clichés en alles is al gezegd door Adri en mij. Op Facebook schreef ik korte stukjes en mensen zeiden dat ik er een boek van moest maken. Het zijn analytische teksten, niet emotioneel of dramatisch. Ik heb begrepen dat het daardoor nog harder aankomt.”

Hoe was je leven in Amsterdam voordat Tonio werd geboren?

“Het bekende verhaal van een tweedegeneratie-oorlogsslachtoffer met Joodse ouders, al heb ik dat lang ontkend. Ik vond: ik ben geboren in 1959, het is al zo lang geleden. Later zag ik dat ik het toch meekreeg, in alles.”

“Eerst zat ik op een Joodse lagere school, Rosj Pina. Dat ging nog wel. Daarna naar het Maimonides. Het was zo’n benepen wereld, zo materialistisch. Je vader moest een grote bankrekening hebben, die van mij had dat niet. En hoe ze spraken over de gojim, de niet-Joden: zij zijn slecht en wij zijn goed. Na twee jaar slikte ik valium en mocht ik van mijn moeder naar het Montessori Lyceum. Ik kwam daar binnen en dacht dat ik in het paradijs was beland, de mensen waren gewoon aardig.”

Wat wilde je worden?

“Vanaf mijn 13de wist ik al dat ik Nederlandse taal- en letterkunde wilde studeren. Niet om schrijver te worden, ik hield van literatuur. Lesgeven wilde ik ook niet, ik wist niet zo goed wat ik wilde.”

Hoe was het leven hier met Tonio?

“Erg mooi, ik heb alleen maar goede herinneringen. Toen hij werd geboren, woonden we in de Jacob Obrechtstraat, maar daar begon de bouwwoede toen al. Adri werd er gek van. We zijn even verhuisd naar de Veluwe, dat was geen succes. Ik weet nog hoe blij ik was dat we terug konden naar Amsterdam.”

“Uiteindelijk kochten we dit huis, dertig jaar geleden. Veel te duur en te groot, met een te hoge hypotheek. Toen we hier kwamen wonen, was dat nog niet tussen de rijke mensen en de BN’ers, van wie ik de meesten niet herken. De Cornelis Schuytstraat was een normale straat met gewone winkels.”

“Mijn moeder was altijd neurotisch en bang dat ons iets zou overkomen. Zo’n moeder wilde ik niet zijn. Als kind fietste ik gewoon naar school, Tonio deed dat ook, al vond ik hem motorisch niet heel handig. Het verkeer is zoveel gevaarlijker geworden, doodeng.”

“Toen hij verongelukte was er geen druk verkeer. Kwart voor vijf ’s ochtends, na het uitgaan fietste hij naar huis. Alleen die auto en Tonio. Het was het noodlot. Op de bestuurder zijn we nooit boos geweest. Hij had niet gedronken en kwam terug van zijn werk, hij was een jaar ouder dan Tonio.”

“Ik voedde Tonio totaal niet Joods op en was er zelf niet mee bezig. Tot 9/11. Tonio was bij de Games Workshop op het Rokin en ineens zag ik een beeld voor me van een klassieke Palestijn die vanaf het Centraal Station kwam om hem, als Joodse jongen, te ontvoeren. Zelf dacht ik nog: Mirjam, wat loop je nou raar te doen? Toch ben ik hem gaan ophalen. Tonio moest er ook een beetje om lachen. Het bleek in me te zitten, door hoe ik ben opgegroeid. Dat gevoel heb ik niet meer gehad tot begin oktober, toen het begon in Israël.”

Hoe is Amsterdam zonder Tonio?

“Alles is besmet terrein geworden, juist door hoe fijn ik het met hem had. Samen gingen we overal heen. Naar Artis, de speeltuin, borrels, boekpresentaties. Tonio was erg makkelijk, hij ging met speelgoed in een hoekje zitten.”

“We hadden een vaste route. Eerst naar Scheltema, toen nog op het Koningsplein. Dan naar Intertoys op de Heiligeweg en Bart Smit in de Kalverstraat. Later, toen hij wat ouder werd, naar de Free Record Shop. Eerst kon ik niet meer op die plaatsen komen. Nu voel ik me stabiel, maar er hoeft dít te gebeuren en ik ben totaal van de kaart.”

“Het is minder erg geworden. Wat alleen niet verandert: tussen mij en de gewone wereld zit een onzichtbaar scherm. Wij zitten nu aan tafel, jij merkt niets aan mij. En toch zit dat scherm er. Mijn leven, mijn wereld is geïnfecteerd en dat gaat nooit meer voorbij.”

Waar leef je nog voor?

“Dat Tonio er is. Zolang als ik leef is hij er nog. Eerst waren Adri en ik acht jaar samen, toen kwam Tonio erbij. Met z’n tweeën hadden wij al een hele sterke band, daarna waren we met z’n drieën. Ik zou ons niet een gezin noemen, het was meer een driemanschap.”

“Nu hebben we weer een tweemanschap. Die sterke band is gebleven. Daar leef ik voor. De situatie met Tonio is vreselijk, maar daarnaast heb ik een parallel leven met Adri, waarin we gelukkig zijn met elkaar.”

Heb je overwogen Amsterdam te verlaten?

“Vanaf waar we wonen kunnen we overal heen. Alleen doen we dat niet meer, het is klaar. Ik ga het huis uit om boodschappen te doen. Een tijdje terug zaten we boven op de bank, we hadden wat gedronken en Adri zei: zullen we het dan toch maar verkopen? Ik zei: o?”

“We zijn er nog niet uit. Alles in dit huis herinnert aan Tonio. Dat wil ik niet meer, maar toch ook weer wel. Ik zou sneller naar het buitenland verhuizen dan naar een andere plaats in Nederland. Drie weken geleden heb ik bijna een huis gekocht in Monpazier, in de Dordogne. Daar zijn we een paar keer met Tonio geweest. Daardoor heeft het eenzelfde gevoel als Amsterdam. Het herinnert me aan hem.”

De stad van... Mirjam Rotenstreich

Echt Amsterdams

“Vroeger werd ik vrolijk van over de grachten fietsen. Nu doet het ongewild pijn. Dat komt door Tonio.”

Accent

“Ik denk redelijk ABN.”

Havermelk

“Dan zie ik een jongen met een knotje voor me, achter een laptop in zo’n koffietent. Waar het voor staat? Daar ben ik niet zo mee bezig.”

Huur of koop

“Koop. Huur is erg duur en als je iets koopt, kun je het ook weer verkopen.”

Import

“Als je voelt dat dit jouw plek is, dat je er thuiskomt, dan ben je een Amsterdammer. Adri komt uit Brabant, maar is meer Amsterdammer dan hij ooit Brabants is geweest.”

Amsterdammers klagen graag over de snel veranderende stad, maar willen hier toch blijven wonen. Hoe werkt dat, vraagt schrijver Robert Vuijsje (Alleen maar nette mensen, Salomons oordeel) zich af in een wekelijkse interviewserie met bekende en minder bekende Amsterdammers. Lees hier alle afleveringen terug.

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**De potvis moest wijken voor de zeehond**

de Volkskrant

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Boeken en Wetenschap; Blz. 6, 7, 8, 9

**Length:** 1465 words

**Byline:** JEAN-PIERRE GEELEN

**Highlight:** Na de geschiedeniscanon is er nu ook een canon van de Nederlandse natuur, met vijftig dieren, planten en fenomenen die iedere Nederlander zou moeten kennen. Samensteller Dick de Vos verklaart de keuzen: 'We hebben veel discussie gehad over de paardebloem.'

**Body**

Biologie Typisch Nederlands

Het idee ontstond in 2006, toen de Canon van Nederland officieel werd ingesteld voor het Nederlandse geschiedenisonderwijs. Waarom niet een canon over de Nederlandse natuur, vroeg Dick de Vos zich toen al af. Wereldwijd bestond nog geen natuurcanon.

Andere werkzaamheden hielden De Vos, van oorsprong literatuurwetenschapper en later natuurschrijver, van het idee af. Twee jaar geleden nam hij de taak alsnog op zich, en nu is het werk er in boekvorm: de Canon van de Nederlandse natuur. Vijftig 'karakteristieke' soorten dieren, planten en fenomenen die iedereen zou moeten kennen en die iets zeggen over dit land, de bewoners en de cultuur. Met verrassende vondsten die aan het denken zetten, toegankelijk toegelicht en met een voorwoord van Frits van Oostrom, de voorzitter van de commissie die de geschiedeniscanon samenstelde. Maandag wordt de natuurcanon aangeboden aan demissionair minister Van der Wal.

De Vos deed het niet alleen: evolutiebioloog Menno Schilthuizen, hoogleraar plantenevolutie Barbara Gravendeel en de biologen Michiel Hooykaas en Elze Polman stonden hem bij. Zij moesten kiezen uit de vele duizenden soorten.

**Hoe pak je zo'n project aan?**

'We begonnen met een brainstorm, waarin we spraken over wat natuur precies is. Een koe in de wei, is dat natuur? Volgens sommigen wel; hij heeft de canon niet gehaald. Daarna hebben we soortgroepen en landschapstypen tegenover elkaar afgezet, en voor elk landschap wat kenmerkende soorten gezet, ook nog in een tijdlijn van twee miljoen jaar geleden tot nu. Ook wilde ik iets doen met natuurbeleving, dus moest ook iets als geur, licht of geluid aan de orde komen. Dat leidde onder meer tot geosmine, de geur na een regenbui. En ik wilde verwijzingen naar bekende onderzoekers als Jac P. Thijsse en naar literaire schrijvers die over natuur schreven. Ik ben een patatsnijder: alles belandde systematisch in kolommen van mijn laptop. Zo ontstond een longlist van honderden soorten.'

**Hoe kies je vervolgens?**

'Je komt al snel uit op de no-brainers, de onvermijdelijke soorten. De grutto bijvoorbeeld, omdat Nederland zo'n cruciale rol speelt in het bestaan van die weidevogel, en hij is uitgeroepen tot Nationale Vogel. Dat waren er zo'n dertig. Daarna werd het meer arbitrair, zoals elke canon iets arbitrairs heeft. Een voorbeeld: op zeker moment was vanwege de balans nog behoefte aan een insect en iets met het thema geluid. We kwamen uit op de grote groene sabelsprinkhaan, daar viel genoeg over te vertellen. Het had net zo goed de veenmol kunnen worden, maar we hadden al soorten die op veen gedijen. Hetzelfde speelde rond het thema stikstof: dan kun je kiezen tussen de braam of de brandnetel. Die eerste is hartstikke interessant - er zijn tientallen soorten van - maar over de brandnetel viel een mooier verhaal te vertellen en die is nog bekender.

'Ja, er viel weleens een mooie soort af omdat het verhaal minder boeide. Zo vond ik de zeearend te obligaat. Over de nachtegaal heb ik al een heel boek geschreven, dat wilde ik niet dunnetjes overdoen. Omdat we ook zeewieren wilden meenemen, kozen we voor knotswier. Achteraf had ik beter blaasjeswier kunnen nemen. Dat lijkt er heel erg op, maar er viel nog wat meer medicinaals over te zeggen. Te laat.

'Zo is er veel meer. De potvis, met die hele geschiedenis van de walvisvaart, moest wijken voor de zeehond, die bekender is. De jeneverbes had ik er heel graag in gehad, vanwege die typisch Nederlandse jenevercultuur. Maar ja: we hadden al vier bomen, en nog geen zeewieren. Zo bleef het dus puzzelen. Wat het ook leuk maakte.'

**Ging het er hard aan toe in de commissie?**

'We hebben veel discussie gehad over de paardebloem. Die is erin gekomen, maar net toen ik eraan werkte, kozen de luisteraars van Vroege Vogels het madeliefje als Nationale Bloem. Een domme keuze, want die is helemaal niet typisch Nederlands. De paardebloem is veel typerender voor de Nederlandse drassige gronden. De uitgever stond erop dat we het madeliefje ook meenamen. Dat is uiteindelijk gebeurd in het stuk over de paardebloem.

'We hebben gesteggeld over de verdeling in soorten. Menno Schilthuizen vond dat er met zes insectensoorten veel te weinig ongewervelden in de canon stonden, zeker tegenover tien zoogdieren. Er zijn veel meer insectensoorten dan zoogdieren.

'We hebben geworsteld met de vraag of we de overzeese gebiedsdelen ook moesten behandelen. Maar wat is de kenmerkende soort voor Saba of Sint Maarten? Ik zou het niet weten, en ik wilde ook niet enkel andere boeken overschrijven.

'En er was discussie over het Deens lepelblad. Een zoutminnend plantje dat vooral langs de snelwegen groeit. Dat komt doordat we 's winters zo veel zout strooien. Mooi verhaal, maar een soort met 'Deens' in de naam kun je moeilijk opvoreren als typisch Nederlands.'

**Waarom moesten het vijftig soorten worden, en niet zestig, honderd of 54?**

'Alle canons bestaan wereldwijd uit vijftig onderdelen. Geen idee wie dat bepaald heeft, maar het is zo. In de muziek heb je de Top 2000, en vroeger de Top 40. We hadden met gemak een top-2000 van de natuur kunnen maken, al zou dat wel een gigantische klus zijn. Ik heb wel overwogen om een vervolgdeel te schrijven, met wat soorten die het net niet haalden. Maar deze Canon is geen top-50, de thema's zijn eerder vensters, openingen naar verdere uitzichten en ontdekkingen.'

**'Een canon is communicatie', schrijft Frits van Oostrom in zijn voorwoord. Discussie is onvermijdelijk. Wat is uw bedoeling met deze lijst?**

'Ik hoop allereerst dat mensen het een plezierig boek vinden. Niet iedereen zal het van a tot z lezen, maar door een tijdschriftachtige opmaak met woordwolken en visuele 'hyperlinks' die naar elders verwijzen, hoop ik dat de lezer de tekst wordt ingezogen. Niet voor niets heb ik het boek opgedragen aan Gerrit Jan de Bruyn, een oude leermeester van mij. Hij zei: 'Wat je niet kent, kun je niet koesteren.' Wat hij bedoelde: dat je een plantje niet met je voet moet aanwijzen, maar dat je op je knieën moet om dat plantje wérkelijk te bekijken. Zo ontstaan kennis, respect en liefde, waardoor je het eerder zult beschermen.

'Bij mijn woonhuis in de buurt stond een bosje waar altijd een braamsluiper zat, een vogeltje. Tot er noodwoningen werden gebouwd voor statushouders. Hartstikke nodig, maar het bosje is weg, de braamsluiper ook. Toen ik daar wat van zei, had de aangesprokene nog nooit van een braamsluiper gehoord. Als niemand meer weet wat een braamsluiper is, zal die ook niet beschermd worden en uiteindelijk verdwijnen. Terwijl die voor mij en vele anderen heel wezenlijk is.'

**U schuwt de politieke stellingname hier en daar niet.**

'Dat vind ik niet verboden bij een canon. Ik kon het niet laten te wijzen op de jacht door de Oranjes, een totaal achterhaald verschijnsel dat verstorend werkt. Het sterkst koos ik voor een wat politieke invalshoek bij de zandhagedis, die het in Zandvoort moet afleggen tegen Max Verstappen en de Formule 1. Daar zou ik een deel van het publiek mee kunnen afstoten, maar ik denk dat ik er niet te veel de zweep over heb gelegd. Discussie hebben wij samenstellers er in elk geval niet over gehad.'

**Heeft de canon u zelf nog iets geleerd?**

'Er zit een ijsberg aan research onder dit werk. Veel kon ik niet kwijt, omdat er geen ruimte voor was. Wat ik eraan overhoud, is de wetenschap hoeveel er te ontdekken valt over de natuur om je heen. Hoe meer je je ergens in verdiept, hoe fascinerender het wordt. Alleen al wat er in je eigen tuin zit, dat is ongelooflijk. De paling wilde ik er graag in, mede vanwege het Palingoproer. Toen ik daaraan werkte, was ik verrast te zien hoezeer de Nederlandse geschiedenis zich laat beschrijven aan de hand van planten- en diersoorten.

'Wat me ook opviel: wat er goddank allemaal nog is aan natuur. Er is alle reden tot zorg, maar laten we ons niet te veel de depressie in praten over wat verdwijnt en slecht gaat.'â€‚

Geosmine; Mosasaurus; Vliegenzwam; Eikenmos; Noordse woelmuis; Everzwijn; Aardhommel; Dodemansduim; Struikhei; Ringslang; Grote Blauwkopworm; Schietwilg; Grutto; Vos; Konijn; Haring; Veenmos; Grove den; Hollandse linde; Groene Kikker; Rotgans; Helm; Raderdiertje; Edelhert; Sneeuwklokje; Bever; Zinkviooltje; Merel; Schrijvertje; Paling; Lepelaar; Paardebloem; Populier; Grote vuurvlinder; Grote brandnetel; Kanoet; Meervleermuis; Gewone zeehond; Grote groene sabelsprinkhaan; Zilvermeeuw; Rode Amerikaanse rivierkreeft; Brugspin; Otter; Knotswier; Groene glazenmaker; Kokkel; Kortsnuitzeepaardje; Wolf; Vondelparksluipwesp; Zandhagedis.

**Bij het maken van de canon werd Dick de Vos, van oorsprong literatuurwetenschapper en later natuurschrijver, bijgestaan door vier experts.**

Als niemand meer weet wat een braamsluiper is, zal die ook niet beschermd worden

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 6, pagina 7, pagina 8, pagina 9

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Spaartaks omhoog, hoger minimumloon en goedkoper bier**

AD/Algemeen Dagblad

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Landelijk; Blz. 9

**Length:** 528 words

**Byline:** TOBIAS DEN HARTOG

**Highlight:** In het holst van de nacht heeft de Tweede Kamer met miljarden geschoven tijdens de laatste stemmingen voor het verkiezingsreces. Zo gaat het minimumloon omhoog en blijft de accijns op brandstof laag. Dertien besluiten op een rij.

**Body**

1 Al na Prinsjesdag wilden verschillende meerderheden miljarden extra uittrekken. Zo wordt de korting op de brandstofaccijns langer in stand gehouden, wat de overheid 1,2 miljard euro kost. Aan de pomp ben je daardoor vanaf 1 januari niet ineens tientjes meer kwijt op een volle tank.

2 Het minimumloon stijgt vanaf 1 juli 2024 met 1,2 procent. De bijstand, de AOW en andere uitkeringen die op het minimumloon zijn gebaseerd, stijgen mee.

3 Om een deel van de plannen te betalen wordt de belasting voor banken verhoogd. Dat levert de schatkist 150 miljoen euro op.

4 Ook mensen met meer dan 57.000 euro vermogen (voor paren 114.000 euro) gaan meer belasting betalen over spaargeld en aandelen. Het tarief in box 3 gaat extra omhoog, naar 36 procent.

5 Daarnaast zijn ook ondernemers met een bv duurder uit: over elke euro inkomen die uitkomt boven 67.000 euro zijn zij komend jaar 33 procent belasting verschuldigd in box 2.

6 Omdat het op z'n vroegst pas lukt vanaf 2027 om de kinderopvang vrijwel gratis te maken, blijft de belastingkorting voor jonge ouders - die kan oplopen tot 2500 euro per jaar - langer in stand.

7 De energiebelasting wordt verlaagd. Dat kost 100 miljoen euro, maar een meerderheid van de Kamer wil zo gezinnen helpen met gestegen kosten.

8 De verhoging van de accijns op drank wordt gehalveerd. Een krat bier zou eigenlijk 50 cent duurder worden, een fles wijn 13 cent duurder, maar dat wordt dus maar de helft. De Tweede Kamer verhoogt daarentegen de accijns op tabak en de belasting op kansspelen juist meer, om de gemiste inkomsten te compenseren. Een pakje sigaretten komt dan op zo'n 11 euro, een pakje shag gaat zeker 25 euro kosten.

9 De rente op studieschulden van de zogeheten 'pechgeneratie', ofwel studenten die geen studiefinanciering meer kregen en moesten lenen, gaat omlaag. Het is nog niet bekend hoe veel de rente omlaag gaat. Onlangs steeg die hard voor bepaalde studenten: van 0,46 procent naar 2,56 procent.

10 De Kamer wil dat een belastingvoordeel voor expats fors wordt versoberd. Vanaf 2029 kan dat jaarlijks ongeveer 200 miljoen euro opleveren.

11 Er komen meer innamepunten voor flesjes en blikjes waar statiegeld op zit. Ze moeten ook komen in (sport-)scholen, kantoren en bouwcentra. Er bestaat al langer onvrede over het gebrekkige aantal punten: lang niet alle flesjes en blikjes worden ingeleverd en innamepunten in supermarkten zijn vaak vol of drukbezet. Het bedrijfsleven moet 90 procent van de statiegeldverpakkingen innemen, maar dat percentage wordt niet gehaald.

12 Mensen die gedupeerd zijn in het toeslagenschandaal, krijgen langer de tijd om zich te melden. De deadline om je als mogelijk gedupeerde aan te melden is nu nog 31 december 2023, maar de Tweede Kamer schaarde zich achter een SP-voorstel om die deadline te schrappen.

13 De begroting van Ontwikkelingssamenwerking wordt dit jaar opgehoogd met 70 miljoen euro. Dat is nodig omdat het geld van minister Liesje Schreinemacher op is. Het extra geld is bedoeld voor klimaatadaptatie in landen die extra getroffen worden door klimaatverandering, voor humanitaire hulp en onderwijs voor vluchtelingenkinderen.

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 9

**Graphic**

De nachtelijke stemsessie in de Tweede Kamer. foto ANP

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Britney bepaalt nu helemaal zelf wat ze doet**

Trouw

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Verdieping; Blz. 4, 5

**Length:** 1574 words

**Byline:** HARMEN VAN DIJK

**Highlight:** De doorbraak van zangeres Britney Spears viel samen met de opkomst van het internet. Haar autobiografie, deze week verschenen, laat zien hoe moeilijk het was om de baas te blijven over haar verhaal.

**Body**

#FreeBritney

Vorige maand stond de politie op de stoep bij Britney Spears. Niet voor de eerste keer hadden fans die de zangeres volgen op Instagram bezorgd het alarmnummer gebeld. In een zelf opgenomen filmpje stond Spears te jongleren met vervaarlijk grote keukenmessen. Dat ze daarbij uitermate schaars gekleed was, daar waren de trouwe volgers inmiddels wel aan gewend. Maar die messen vonden ze verontrustend.

De beveiligers van de wereldster stelden de agenten snel gerust. Een dag later legde Spears op Instagram uit dat het natuurlijk nepmessen waren. Ze deed daarbij de oproep aan de fans om niet zomaar de politie op haar af te sturen - dat deed zij omgekeerd toch ook niet?

Het klinkt tegenstrijdig: Spears die vraagt om privacy terwijl haar Instagram account met 42,3 miljoen volgers vol staat met filmpjes van uitdagende dansjes - met of zonder keukenmessen - en foto's waarop ze schaars of niet gekleed poseert.

Maar in het universum van de 41-jarige Spears, die vanaf haar achtste steeds verder werd opgeslokt door de showbizz, is het allemaal heel logisch. Deze week verscheen The Woman in Me, een autobiografie waarin ze geen persoonlijk detail onbesproken laat en die dat universum van binnenuit laat zien. Ze legt uit dat die foto's en filmpjes voor haar als een bevrijding voelen, omdat ze een poging zijn om de controle terug te pakken over haar leven, dat grotendeels door anderen werd bepaald. 'Ik heb het altijd verbijsterend gevonden dat zo veel mensen het zo normaal vonden om over mijn lichaam te praten. Dat was al zo in mijn jeugd. Voor andere mensen was mijn lichaam schijnbaar publiek bezit. Ze vonden dat ze het mochten beheersen, besturen, bekritiseren, als wapen gebruiken', schrijft ze.

Sinds ze op 16-jarige leeftijd doorbrak met het nummer ...Baby One More Time is ze geseksualiseerd door anderen. Werd ze in een mal gedrukt, moest ze tegen haar zin optreden, fotoshoots en interviews doen. Nu bepaalt ze zelf wat ze doet. Tenminste, dat gevoel heeft ze.

**Ontwrichtend**

Het boek leest als een verslag van hoe ontwrichtend beroemdheid kan zijn. Zeker in het tijdperk van het internet - de carrière van Spears hield zo'n beetje gelijke tred met de opkomst daarvan. Ze weet dus niet beter of alles wat ze doet is overal te zien en wordt door iedereen becommentarieerd. Het totale gebrek aan privacy knakt Spears die, zoals ze zelf opmerkt, niet echt goed is in 'beroemd zijn'. Het internet is ongrijpbaar en genadeloos. En beroemde vrouwen hebben het er nog zwaarder te verduren dan mannen.

Daarnaast viel Spears ook ten prooi aan het gevaar dat zo oud is als de showbizz en op de loer ligt voor iedereen die het talent heeft om een wereldster te worden: profiteurs proberen zo'n talent uit te buiten, met soms dramatische gevolgen. Denk aan Michael Jackson en Amy Winehouse.

De controle die anderen over het leven van Spears hadden, was zelfs voor showbizz-begrippen extreem. Je kunt gerust zeggen dat ze jarenlang gevangen zat en gebruikt werd. In een uitermate luxe omgeving, dat wel. In 2008 kreeg haar vader Jamie van de rechter volledige zeggenschap over haar leven, nadat Spears een fikse emotionele inzinking had gehad. Hij bepaalde wat ze at, welke kleren ze droeg, hij beheerde haar mobieltje, bepaalde wanneer ze naar buiten mocht en met wie. Mannen die met haar uit wilden, werden vooraf ingelicht over haar eerdere relaties en gezondheidstoestand. Spears kreeg gedwongen medicatie toegediend. Ze moest optreden, ook als ze niet wilde.

Haar vader had het ultieme pressiemiddel: als ze zich verzette, mocht ze haar kinderen niet zien. Op 22-jarige leeftijd was Spears getrouwd en kort na elkaar had ze twee zoontjes gekregen. Om hen te blijven zien, slikte ze alles. De hele situatie draaide natuurlijk om geld. Spears verdiende miljoenen, maar kreeg zakgeld. Dat was weliswaar niet karig, tweeduizend dollar per week, maar haar vader en zijn team incasseerden een veelvoud.

Twee jaar geleden kwam na dertien jaar een einde aan deze bizarre situatie. Tijdens de slepende rechtszaak waarin Spears haar vrijheid terug eiste, waren veel verhalen al bekend geworden. In haar autobiografie schrijft Spears dat het allemaal nog erger was. Ze vraagt zich nog steeds af hoe dit 'curatorschap', dat normaal gesproken een paar maanden duurt, jarenlang bleef bestaan. Want na verloop van tijd leek ze toch weer aardig te functioneren. Ze ging op een wereldtournee die 130 miljoen dollar opbracht en was met een salaris van 15 miljoen jurylid bij talentenshow The X-Factor. 'Maar als ik sneakers wilde waarvan de curatoren beslisten dat ik ze niet nodig had, ging het feest niet door', schrijft ze droogjes.

**Leger zombies**

Aanvankelijk was nog wel te begrijpen dat Spears een poosje begeleiding nodig had. Kort na de geboorte van haar kinderen was het huwelijk met de vader - de achtergronddanser Kevin Federline - alweer voorbij en er ontstond een bittere strijd om de voogdij. Daarin draaide Spears door, voor het oog van de camera. Want de paparazzi, die ze omschrijft als 'een leger zombies', jaagden dag en nacht op haar.

Toen ze weer eens werd achtervolgd, vluchtte ze een kapperszaak in. Ze greep een tondeuse en schoor haar beroemde goudblonde lokken af. Toen ze kaal naar buiten kwam, stonden alle camera's op haar gericht. De beelden circuleerden eindeloos en met veel leedvermaak op het internet: kijk, Britney is gek geworden! Maar volgens de zangeres was het een spontane daad van verzet. 'Het was een manier om tegen de wereld te zeggen: Fuck you. Jullie willen dat ik me mooi maak voor jullie? Fuck you. Jullie willen dat ik me goed gedraag voor jullie? Fuck you. Jullie willen dat ik jullie droomvrouw ben? Fuck you.'

Terecht vraagt ze zich af of het anders was gegaan als ze een man was geweest. 'Als mannelijke rocksterren te laat kwamen opdagen bij een prijsuitreiking, vonden we ze extra cool. Mannelijke popsterren sliepen met de ene na de andere vrouw, en ook dat was geweldig.'

Misogynie speelt ook een grote rol in een episode uit het prille begin van haar carrière die 'de wereld' intens bezighield - haar relatie met collega popster Justin Timberlake. Ze kenden elkaar van de The Mickey Mouse Club, een Disney-programma waarin vele talentvolle jonge artiesten hun entree maken. Het beeldschone, succesvolle tienerstelletje was de ultieme showbizzdroom.

Achter die façade zat het natuurlijk anders. Spears werd zwanger. Zij had de baby best willen houden, maar Timberlake wilde het absoluut niet. Omdat ze niet gezien mocht worden bij een abortuskliniek, kreeg ze pillen. Ze beschrijft hoe ze urenlang verging van de pijn, terwijl Timberlake als troost liedjes speelde op zijn gitaar. Niet lang daarna beëindigde hij, tot haar verbijstering, de relatie. Met een appje.

**Afgeschilderd als slet**

Natuurlijk wilde het publiek een schuldige aanwijzen voor de breuk. Daarin voorzag Timberlake: hij nam een nummer en een videoclip op waarin hij weinig subtiel liet doorschemeren dat de relatie beëindigd was omdat Spears vreemd was gegaan. Dat ontkent Spears niet, maar ze schrijft dat ze allebei niet trouw waren in die tijd.

Zij kreeg dus de schuld. Het pijnlijkst werd dat duidelijk in een tv-interview met de gevierde journaliste Diane Sawyer. Als een soort nationale boze schoonmoeder riep ze Britney op televisie ter verantwoording. 'Hij zegt dat jij zijn hart hebt gebroken. Dat je iets hebt gedaan dat hem heel veel pijn heeft gedaan.'

Britney barstte in snikken uit en verweerde zich niet. 'Ik voelde me alsof ik te kakken werd gezet voor het oog van de hele wereld. Dat interview was een inwendig breekpunt. Ik werd afgeschilderd als een slet die het hart van Amerika's golden boy had gebroken'.

Nu ziet ze hoe Timberlake geraffineerd de situatie naar zijn hand wist te zetten. 'Zo gaat dat in de muziekindustrie. Ik wist nooit hoe ik het spel moest spelen. Ik begrijp nu dat je slim genoeg, gemeen genoeg, doelgericht genoeg moet zijn, maar ik kende de regels niet. Ik was werkelijk onschuldig - naïef.' De onthulling over de abortus is de meest explosieve in haar boek, en de sociale media gonzen van de verwijten richting Timberlake: 'Wat heb je Britney aangedaan?' Je zou kunnen concluderen dat ze het spel na al die jaren wél onder de knie heeft gekregen.

Spears bezweert evenwel dat ze niet wraakzuchtig is. Ze wil gewoon 'met een schone lei' aan de rest van haar leven beginnen en daarom moest iedereen haar kant van het verhaal horen, vindt ze. Ze kan er nu eenmaal niet voor kiezen stilletjes in de vergetelheid te verdwijnen - de wereld laat zo'n tragische heldin niet zomaar gaan. Dat blijkt wel uit een vrij surrealistische scène in het boek. Spears is weer eens gedwongen opgenomen in een kliniek en denkt dat iedereen tegen haar is. Dan laat een verpleegster haar een paar filmpjes zien. Er lopen mensen rond in T-shirts waarop '#FreeBritney' staat - bevrijd Britney. De wereld heeft ontdekt dat ze tegen haar wil gevangen zit, als een soort prinses Rapunzel in haar toren.

De steun van haar fans maakt haar strijdlustig. Ze neemt een nieuwe advocaat in de arm en vecht met succes het curatorschap van haar vader aan. Zelf vindt ze dat het sindsdien een stuk beter met haar gaat. Ze voelt nu nog niet de behoefte om haar carrière weer serieus op pakken. Ze wil gewoon lekker hangen, met haar 42,3 miljoen fans op Instagram. Immers: 'Vrijheid betekent maf doen, gek doen, en lol maken op social media.'

'The Woman in Me' , Kosmos Uitgevers. € 22,99

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 4, pagina 5

**Graphic**

Boven: Britney Spears met Justin Timberlake in 2001. Midden: Britney scheert haar haren af in 2007. Onder: fans houden posters omhoog tijdens het proces van Britney tegen haar vader. Pagina links: Britney in 1999.

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**’Spannend om als extreem nuchtere vrouw de wereld van de spiritualiteit te betreden’; VROUW Magazine**

De Telegraaf.nl

28 oktober 2023 zaterdag 11:30 AM GMT

Copyright 2023 Mediahuis Nederland BV All Rights Reserved



**Section:** VROUW; VROUW MAGAZINE

**Length:** 1561 words

**Byline:** Hester Zitvast

**Body**

Hester Zitvast bezoekt een vrouwencirkel en neemt deel aan een heuse cacaoceremonie bij volle maan. Iets wat ze uit zichzelf nóóit zou doen, want ze heeft – om het voorzichtig uit te drukken – niet zoveel met spiritualiteit.

Of ik met volle maan een vrouwencirkel wil bijwonen… Dat laat ik me geen twee keer vragen, maar wel op één voorwaarde: ik wil er alles over kunnen schrijven, ik wil kritisch kunnen zijn. Maar dat blijkt juist de bedoeling. Mooi. Zo’n cirkel vinden, is geen enkel probleem. Vrouwencirkels zijn booming; zelfs in de verste uithoeken van ons land kun je je met een stel andere vrouwen in een kring verbinden en je innerlijke kracht laten ontwaken. Of zoiets. Ik krijg altijd een beetje jeuk van dat soort termen. Maar wie weet word ik wel verrast.

Beschilderde mossel

Online koop ik een ticket en lees in het programma dat er niet alleen aan meditatie, maar ook aan lichaamswerk zal worden gedaan. Met dat in mijn achterhoofd besluit ik een yogabroek aan te trekken die ik zelf louter gebruik om languit mee op de bank te liggen. Het moet wel een beetje comfortabel blijven op dat meditatiematje. Ik vind het behoorlijk spannend om als extreem nuchtere vrouw de wereld van de spiritualiteit te betreden. Naarmate de datum nadert, word ik er zelfs wat zenuwachtig over.

Om niet door de mand te vallen, doe ik wat armbandjes met edelstenen van mijn dochter om, ik maak een rommelige knot van mijn haar en neem keurig, zoals voorgesteld, een krachtvoorwerp mee om in de kring te leggen. Dat mag een foto of een steen zijn die dan die avond door de volle maan kan opladen, lees ik. Ik speur mijn woonkamer af en mijn oog valt op een delfts blauw beschilderde mossel, waar een vriendin een tijdje terug mee kwam aanzetten. Ze heeft een nieuwe hobby gevonden en deelt nu aan al haar vrienden kunstwerken uit. De mossel gaat mee. Daar mag de volle maan van mij wel wat kracht in stralen.

Reiniging

Bij binnenkomst word ik ’gereinigd’ door een paar brandende stokjes voor en achter me heen en weer te zwaaien. Misschien salie of zo. „Heb je dit al eens eerder meegemaakt?” wordt me gevraagd. Nou nee. Ik word er – in stilte uiteraard – een beetje lacherig van. Reinigen doe ik zelf bij voorkeur met warm water of een fles bleek (mijn huis dan, hè). „Je mag al je stress en onrust aan de rook meegeven”, zegt de vrouw met de brandende stokjes vriendelijk. Mijn stress aan de rook meegeven? Geen idee hoe ik dat moet doen. Ik doe m’n ogen maar dicht en hoop er het beste van. Dan betreed ik de zaal waar dertien matjes om een rond kleed zijn opgesteld. Op elk matje een vrouw en in het midden wat kaarten, stenen en een stel pluimhortensia’s – vast voor de sfeer. Ik zie jonge vrouwen, maar ook een aantal die iets ouder zijn dan ik (46). En net als ik zit het gros lekker in een joggingbroek.

Liegen

We worden welkom geheten en tijdens het voorstelrondje blijkt dat de helft regelmatig een vrouwencirkel bezoekt of zelfs de complete ’journey’ van twaalf bijeenkomsten heeft geboekt. Ik heb mezelf, uit angst ontmaskerd te worden, een andere naam gegeven en verzin ter plekke dat ik een jaar geleden gescheiden ben en nu allemaal dingen onderneem die ik normaal nooit zou doen. De vrouwen vinden dat heel tof. „Wat heb je al gedaan?” willen ze weten. Het zweet breekt me uit, maar dan denk ik aan een vriend die mij eerder die dag vertelde dat hij een ballonvaart ging maken. „Ik heb hoogtevrees, dus ik heb een ballonvaart gemaakt”, flap ik eruit. Nee, het is niet heel spiritueel en ook vast niet goed voor mijn karma om tegen deze vriendelijke vrouwen glashard te liegen. Maar voor mijn gevoel kan ik niet meer terug.

Cacaoceremonie

Er worden mokken met een cacaodrank uitgedeeld. De ceremonie gaat beginnen, de drank zal ons hart openen – wat daar ook mee bedoeld wordt. Van tevoren hebben we een mail gehad met informatie; iedereen kan het gebruiken, de enige contra-indicaties zijn een hoge bloeddruk, hartproblemen, het gebruik van antidepressiva of Sint-Janskruid. Ik kan het dus veilig nemen, maar heb wel even mijn licht opgestoken bij Renger Witkamp, hoogleraar voedingswetenschappen. Hij vertelt me dat de mogelijke werking van cacao intensief is onderzocht en dat daar wel iets is uitgekomen, maar dat de effecten zeer mild en subtiel zijn. Het is in elk geval onschuldig, volgens Witkamp. Claims zoals die over het „openen van het hart” en het verbeteren van het vermogen tot compassie en verbondenheid, zijn totaal niet herleidbaar, laat hij weten. Ik had al zo’n flauw vermoeden, maar ben toch benieuwd of het iets met mij doet.

We mogen de drank deels of helemaal opdrinken, waar we ons goed bij voelen. Ik besluit alles achterover te gieten. Voel ik iets? Gebeurt er iets? Nee dus, nada, nul. Mijn hart wordt niet geopend, ik voel niet dat ik zachter word. Ik ben nog steeds exact dezelfde, alleen dan met wat cacao in mijn maag. Ik vraag me af of de andere vrouwen wel iets merken. Niemand zegt er iets over. De twee cirkelleidsters vertellen wel wat over de volle maan en de invloed op ons zijn. „Je merkt het misschien aan je slaap; veel mensen slapen met volle maan onrustig.” Om me heen wordt instemmend geknikt. Ik ga aan mezelf twijfelen. Hoezo slapen zij allemaal onrustig? Ik heb als een blok geslapen.

Kaarten trekken

Terwijl we overgaan tot de meditatie en onder een dekentje op het matje gaan liggen, probeer ik te achterhalen waarom dit soort bijeenkomsten nou zo populair zijn. Dat ontdek ik bij het rondje waarin iedereen vertelt welke kaarten er zijn getrokken. ’Open’ staat op mijn ene kaart. En op de andere ’I am open to receive the abuncance of the universe’, oftewel: ik sta open om de overvloed van het universum te ontvangen. Tja. Het maakt eigenlijk niet uit welke kaart ik had gepakt, valt me op. De boodschappen zijn zo algemeen dat ze eigenlijk nooit verkeerd kunnen vallen.

Maar voor de meeste vrouwen in de cirkel lijkt de kaart die ze trekken een overduidelijk teken. Ze halen er kracht uit en dat vind ik – toegegeven – ergens ook wel weer mooi. De een moet meer voor zichzelf kiezen. De ander meer van zichzelf houden. Weer een ander is ’op de goede weg’. Als we elkaar vervolgens minutenlang één op één in de ogen moeten kijken en daarna met een omhelzing mogen bedanken, lijkt het helemaal alsof iedereen er een stel nieuwe vriendinnen bij heeft. Ze kijken allemaal blij. Zelf word ik er een beetje ongemakkelijk van. Ik kan me niet heugen dat ik iemand zo lang heb aangestaard. En dan nog wel een onbekende ook…

Commercieel

Er wordt in de vrouwencirkel die ik bezoek geen misbruik gemaakt van angsten en pijnen en de avond kost slechts 40 euro, waar niemand failliet aan gaat. De nicht van een vriendin heeft daarentegen 600 euro afgetikt voor een privé-cacaoceremonie en ook zij heeft niets van een effect ervaren. De beloofde reis in zichzelf bleef uit en dat was volgens de begeleiding haar eigen schuld; weg zuurverdiende centen.

Hoogleraar voedingswetenschappen Renger Witkamp zei het al: „Sommige mensen zijn zoekende en bereid veel te betalen voor dergelijke rituelen. En er zijn altijd mensen die daar een slaatje uit willen slaan.” Dat blijkt inderdaad. En hoe keurig in prijs de vrouwencirkel die ik bezocht ook was, het is en blijft een commercieel ding. We zijn namelijk nog niet koud uit de afsluiting en het danken van de maan, of we krijgen al te horen dat als we binnen twee weken beslissen alsnog in te tekenen voor de journey van twaalf sessies, we het bedrag van de eerste bijeenkomst als korting krijgen. In de bedankmail wordt nog maar eens een kortingscode gedeeld.

Reflectie

Op de terugweg naar huis, stuit ik door een wegafsluiting op een enorme omleiding. In het licht van de volle maan rijd ik zwaar geïrriteerd misschien wel 80 kilometer om. De serene rust van de vrouwencirkel verdwijnt als sneeuw voor de zon, terwijl ik vloekend het halve land door slinger. Het geeft wel een mooi moment voor reflectie. Was dit eens, maar nooit meer? Absoluut. Je trekt mij niet met mijn voeten uit de Hollandse klei. Een volle maan vrouwencirkel met een cacao-ceremonie is voor mij niet veel meer dan gebakken lucht. Waar we ooit in de kerk zaten voor rituelen, liggen we nu op de yogamat. Als dat mensen een fijne avond bezorgt, waarom niet? Waar de een dat samenkomen doet met een wijntje, doet de ander dat dus met een bitter chocoladepapje. Even geen bemoeienis van mannen, iedereen begrijpt je want ’in nagenoeg hetzelfde schuitje’...

Ik kan me best voorstellen dat zo’n avond voor jezelf een goed gevoel kan geven. Maar voor mij is het niet meer dan een illusie van verbondenheid. Ik heb er echt met een open blik naar proberen te kijken, maar mijn nuchterheid en hang naar wetenschappelijk bewijs voert de boventoon. Ik heb geen schouderklopje van totaal onbekenden nodig en al helemaal geen kaarten die mijn leven een duwtje in de goede richting moeten geven. En de volle maan? Die vind ik prachtig om te zien, maar ik ontleen er geen enkele spirituele kracht aan. Vanavond val ik weer als een blok in slaap.

Meer VROUW

Dit artikel staat in het nieuwe VROUW Magazine (elke zaterdag bij De Telegraaf). Als premiumlid kun je het ook (soms al eerder) online lezen.

Wil je niets van VROUW missen? Speciaal voor de trouwste lezeressen versturen we elke dag een mail met al onze dagelijkse hoogtepunten. Abonneer je hier. Verder kun je ons natuurlijk op de voet volgen op   TikTok,   Facebook en   Instagram.

**Load-Date:** October 29, 2023

**End of Document**



**Er is hoop, slapen valt echt te leren**

AD/Algemeen Dagblad

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Z Weekend; Blz. 6, 7, 8, 9

**Length:** 1539 words

**Byline:** ELLEN VAN GAALEN

**Highlight:** Kunt u niet slapen? Pak niet te snel een pil. Want slapen valt voor een hele hoop mensen te leren, via gesprekken en cognitieve gedragstherapie bijvoorbeeld. ,,Strijden met slaap maakt het er niet beter op." ellen van gaalen

**Body**

Gaat u na een slechte nacht extra vroeg naar bed om de verloren uurtjes in te halen? Niet doen. Of doet u een dutje overdag omdat uw ogen dicht dreigen te vallen? Ook niet doen. Heeft u een kalmerend pilletje in het nachtkastje? Zoveel mogelijk laten liggen.

Voor veel mensen met chronische slaapproblemen zijn er andere manieren om weer lekker te leren slapen. En nee, dat zit hem niet in een recept voor een pilletje. Voor slapeloze nachten bestaat therapie die 70 à 80 procent van de slechte slapers op zijn minst helpt: cognitieve gedragstherapie, een combinatie van gedrags- en gesprekstherapie. Zeker bij mensen die geen andere psychiatrische (denk aan een depressie) of lichamelijke (slaapapneu) problemen hebben, zit slechte slaap grotendeels in het hoofd.

Slaap een paar dagen niet goed en er ontstaat stress over het naar bed gaan. Want straks kunt u weer niet slapen, wordt het weer zo'n rotnacht. ,,De slaapkamer en het bed krijgen dan een associatie met wakker zijn, je zorgen maken, spanning. Die associatie kun je afleren", verklaart Marike Lancel, die als somnoloog (slaapstoornisdeskundige) bij GGZ Drenthe werkt.

Een slaapritme bijhouden op een smartwatch is daarbij niet altijd een goed idee. Sterker, die kan juist een slaapprobleem creëren. ,,Zo'n horloge meet bijvoorbeeld de hartslag en concludeert daaruit of iemand in zijn diepe slaap komt. Die apps suggereren dat ze slaap meten, maar dat doen ze helemaal niet", weet Paul Hoogeboom, somnoloog in het Antonius Ziekenhuis. Maar iemand die elke ochtend leest dat de diepe slaap slechts een half uur was, kan daardoor gefrustreerd raken.Wat leert u dan tijdens de cognitieve gedragstherapie? Dat zit hem in een heel pakket. En dat verklaart nu juist het succes van deze gedragstherapie. Het gaat niet alleen om stoppen met 's avonds koffiedrinken, minder schermtijd en geen tv kijken op de slaapkamer.Over het naar bed gaan, valt een hoop te leren. Voor een deel zijn dat best simpele oplossingen. Zoals: ga pas slapen als u echt slaperig bent, gebruik de slaapkamer alleen om te slapen en ga iets anders doen als het niet lukt om de slaap te vatten. Lancel: ,,Vertrek naar beneden om een puzzel te maken, vouw de was op. Doe iets wat afleidt. En pas als de slaap weer komt, kun je het opnieuw proberen."

In het begin kan dat betekenen dat een slechte slaper steeds zijn bed in en uit gaat. Maar al snel wordt het beter, zeggen deskundigen. Het heeft dus voor deze mensen ook geen zin om extra vroeg het bed in te duiken na een slechte nacht. Ons lichaam heeft écht genoeg aan acht tot tien uur slaap per nacht.

**Slaaprestrictie**

Als het slaapritme compleet verstoord is, moet u misschien zelfs een tijdje kórter naar bed. Zo'n zogenoemde slaaprestrictie is een belangrijk onderdeel van de cognitieve gedragstherapie. Waarom precies? Het is beter om korter in bed te liggen en die uren écht goed te slapen dan lange bedrust te nemen en continu wakker te zijn.

Een voorbeeld van de slaaprestrictietherapie: iemand die 's ochtends om zeven uur opstaat voor zijn werk, op tijd naar bed is gegaan, maar uiteindelijk slechts vijf uur echt blijkt te slapen, hoeft pas tegen twee uur 's nachts in bed te liggen. ,,Dat is een lastig onderdeel van de therapie, want je moet je daar écht aan houden. Maar na een week zie je vaak dat mensen het grootste deel van de uren in bed daadwerkelijk hebben geslapen", verklaart Lancel. ,,Dan kunnen ze langzaamaan steeds een half uur eerder naar bed." Immers, die vijf uur is in principe te weinig en moet worden uitgebreid.Onderschat niet wat licht en geluid doen met slaap. Is uw slaapkamer erg licht? Misschien helpen andere gordijnen. Aan de andere kant: heeft u vooral in de winter grote moeite om 's ochtends in het donker op te staan? Dan kan een lichtlamp een uitkomst zijn, die past je biologische klok aan. ,,Zo leer je je brein wanneer het wakker moet zijn en wanneer het moet slapen", legt Suzannec physician assistant-somnoloog van het Groene Hart Ziekenhuis, uit. Mensen die moeilijk wakker worden, moeten elke ochtend na het opstaan eerst tien tot vijftien minuten voor die lamp gaan zitten.

Verbeek laat patiënten ook melatonine slikken als ze pas na middernacht de slaap kunnen vatten. Maar benadrukt ze, zo'n pilletje moet vijf uur vóór de gewenste slaaptijd worden ingenomen. ,,Dat je na een half uur slaperig wordt, is eigenlijk een bijwerking. Dan moet je een rondje gaan wandelen. De opbouw van melatonine in je lichaam gaat heel langzaam, dat begint al aan het einde van de middag."

Wie zich verdiept in de behandeling van slaapproblemen ontdekt dat medicatie eigenlijk een uiterste redmiddel is. Slaappillen kunnen bijvoorbeeld voor korte tijd helpen na een heftige gebeurtenis, zoals het verlies van een geliefde. Maar de meeste mensen kunnen prima zonder leren slapen, zeggen experts. Al kost dat wel tijd en energie: cognitieve gedragstherapie kost zo'n zes tot acht sessies. Bovendien is het merendeel van deze behandelingen niet (volledig) vergoed. Via slaapoefentherapeuten kunnen slechte slapers met een aanvullende verzekering wel vergoed op weg worden geholpen.

**Gedachten**

De therapie van psychologen is wel uitgebreider. Zij kijken dieper naar de gedachten die het slapen belemmeren. Daarbij hebben ze oog voor wat u bijvoorbeeld in de avonduren doet. Een boek lezen kan ontspannend zijn, maar als het verhaal te spannend is, wordt in slaap vallen een opgave. Even tv kijken kan helpen, maar niet als het een superspannende film is. En hartstikke leuk om een mooie reis uit te stippelen, maar doe dat vooral niet in de avonduren.

,,Als je 's avonds nog te hoog in je spanning zit, kan je beter eerst ontspannen en dan pas naar bed gaan", adviseert Barbara Mulder, eigenaar en slaappsycholoog van psychologenpraktijk Slaapmakend in onder meer Utrecht en Amsterdam.

Hoe krijg je het voor elkaar om in de avond echt goed te ontspannen? Slechte slapers kunnen bijvoorbeeld baat hebben bij mindfulness, waarbij ze leren luisteren naar het lichaam.

Tegelijkertijd is inspanning misschien wel net zo belangrijk. Mensen die overdag te weinig bewegen, nauwelijks buiten komen en zittend werk doen, bouwen te weinig 'slaapdruk' op. Mulder: ,,De nacht is voor een deel een afspiegeling van de dag. Als je de hele dag hebt zitten stressen, weinig beweging hebt gehad of slecht hebt gegeten, slaap je minder goed. Dus het is belangrijk om daar zicht op te hebben en je leefstijl aan te passen."Helpen slaaptheetjes of andere kruiden? ,,Ik heb alternatieve geneeswijzen niet onderzocht, maar de dosering van de rustgevende ingrediënten zou dan veel hoger moeten zijn", weet Annemieke van Straten, hoogleraar klinische psychologie aan de VU in Amsterdam. Wel lijkt een placebo-effect te kunnen ontstaan. Als mensen dénken dat het werkt, kunnen ze zich wellicht beter ontspannen."

Dat lukt óók beter als alle fabels over slaap zijn weggenomen, eveneens onderdeel van de therapie. Het is bijvoorbeeld helemaal niet zo dat de uren voor twaalf dubbel tellen. En het is ook helemaal niet gek om 's nachts wel eens wakker te worden. Wie zegt dat je niet kunt presteren na een nachtje weinig slaap? ,,Die gedachten en ideeën over slaap proberen we te vervangen door gedachten die meer helpen. Want vaak presteer je na een nacht slecht slapen prima. En dan ben je die avond zo moe dat je juist heerlijk kunt slapen", beschrijft Lancel.

Voor de slechte slapers bij wie de cognitieve gedragstherapie niet genoeg helpt, is er tegenwoordig nóg een behandeling: acceptance and commitment therapy. Daarbij leren nachtbrakers niet meer in gevecht te gaan met het niet slapen. Daardoor gaat het slapen juist makkelijker. ,,Slapen kan je echt wel een mindfuck noemen", zegt Mulder. ,,Mensen kunnen bijvoorbeeld dwingende gedachten hebben, bijvoorbeeld dat ze hun acht uur slaap niet meer redden. Dat moeten ze leren loslaten, want strijden met slaap maakt het er niet beter op."

Onderaan de streep blijft er altijd een groep voor wie geen eenvoudige oplossingen bestaan. Die mensen gaan naar een slaappoli voor verder onderzoek. Want misschien slikken ze medicijnen die de slaap beïnvloeden. Of, in het geval van vrouwen, slapen ze slecht omdat ze in de overgang zitten. En misschien kunnen ze niet slapen door rusteloze benen, hartkloppingen, benauwdheid door een longprobleem of psychiatrische stoornis zoals adhd. Hoogleraar Van Straten: ,,Slapeloosheid komt heel veel voor. Als deze behandelingen toch niet helpen, moeten specifieke oorzaken worden gezocht."

Maar om met een positieve noot te eindigen: ,,Slapeloosheid kan vrijwel altijd worden verbeterd met een psychologische behandeling."

10 TIPS voor een betere nachtrust

bGa pas naar bed als u zich slaperig voelt

bGa uit bed als u de slaap niet kunt vatten

bZorg voor voldoende ontspanning in de avond (lees een boek, maar zorg dat het niet te spannend is)

bGebruik de slaapkamer alleen om te slapen

bZorg dat uw slaapkamer donker en stil is

bMaak korte metten met de fabels over slapen in uw hoofd (u functioneert prima na een slechte nacht)

bLaat u niet leiden door de slaapmeter van een smartwatch

bZorg voor een vast slaapritme

bGa niet extra vroeg naar bed na een slechte nacht

bBeweeg overdag genoeg

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 6, pagina 7, pagina 8, pagina 9

**Graphic**

Een patiënt krijgt sensoren opgeplakt in een slaapkliniek in Bad Berka, Duitsland. foto DPA

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**‘De Oekraïense geschiedenis laat zien dat wij niets met Rusland te maken hebben’**

NRC.nl

oktober 28, 2023 3:25 PM GMT

Copyright 2023 Mediahuis NRC B.V. Alle rechten voorbehouden



**Length:** 1565 words

**Byline:** Floris Akkerman

**Highlight:** Oekraïense Veiligheidsraad Niet alle Oekraïense burgers in de door Rusland bezette gebieden willen na de oorlog terugkeren onder het gezag van Kyiv. Achtergebleven ouderen hebben soms heimwee naar de Sovjet-Unie. Decentralisatie is straks de sleutel voor het voortbestaan van Oekraïne, zegt Oleksii Danilov.

**Body**

In de werkkamer van Oleksii Danilov, secretaris van de Nationale Veiligheids- en Defensieraad van Oekraïne, geeft een reusachtig scherm het verloop van de oorlog in Oekraïne weer. Dagelijks kijkt Danilov naar de bewegende pijlen van Russische raketaanvallen, de frontlinies door het land en, in het rood, de door Rusland bezette gebieden met Oost-Oekraïne en het schiereiland de Krim.

Het Oekraïense tegenoffensief moet leiden tot de bevrijding van deze rood aangemerkte gebieden. Maar niet iedereen zal daar blij mee zijn. Mocht Oekraïne slagen, dan krijgt Kyiv te maken met een deels pro-Russische bevolking die niet zit te wachten op de komst van de Oekraïense krijgsmacht. En daar niet alleen. Ook in het vrije Oekraïne wonen burgers wier sympathie ligt bij Rusland. Het roept de vraag op hoe de Oekraïense regering na de oorlog met deze groepen om moet gaan.

Danilov zetelt in Kyiv in een vesting met zandzakken, controleposten, wegversperringen, beveiligers en detectiepoortjes als obstakels om bij zijn kantoor te komen. President Volodymyr Zelensky zit de veiligheidsraad voor. Anderen die er deel van uitmaken zijn onder meer premier Denys Sjmyhal, legerleider Valeri Zaloezjny en Vasyl Maljoek, hoofd van de Oekraïense geheime dienst.

Danilov (61) kent Oost-Oekraïne. Hij werd geboren in de regio Loehansk en groeide op in de Sovjet-Unie met de Russische taal in het onderwijs en literatuur. „Er was geen andere optie. Alles in de Oekraïense taal werd verstikt. Moskou legde het Russisch aan ons op. Net als ze hebben gedaan bij andere volkeren. Het was een totale taalgenocide.” Later, in de jaren negentig, werd hij burgemeester van de stad Loehansk. „Een gekozen niet-pro-Russische politicus in Oost-Oekraïne”, benadrukt hij een tikkeltje venijnig, zittend naast het scherm.

**Oekraïense geschiedenis**

Gedurende het interview laat Danilov duidelijk zijn ongenoegen blijken over het gespreksonderwerp. Vrijwel meteen gaat hij in tegen het Russische narratief over de Oekraïense en Russische broedervolkeren die bij elkaar horen te leven. Alsof Oost-Oekraïne deel uitmaakt van Rusland. „Het probleem is dat niemand in het Westen de Oekraïense geschiedenis kent. Onze geschiedenis, die wordt onderwezen op universiteiten als Oxford, Stanford en Yale, is geschreven door Russen. De Russen zeiden dat we bij hen hoorden. Dat we een soort broers, familieleden zijn. Dit is een grote tragedie. We hebben nooit de kans gekregen om ons verhaal te vertellen.”

Na drie kwartier zucht hij nog eens diep en geeft aan dat hij liever iets anders had besproken. „Rusland rakelt deze verhalen constant op. Daardoor gaan journalisten ernaar vragen. Wij moeten daar weer commentaar op geven en zo blijft dit verhaal rondgaan.”

Hij geeft ermee aan dat het Kremlin het narratief over steun in Oekraïne voor Rusland kunstmatig fabriceert. Danilov herinnert aan de Oekraïense onafhankelijkheid in 1991. 92,3 procent van de bevolking keurde deze stap in een referendum goed. In Danilovs eigen provincie Loehansk lag dat op bijna 84 procent. Eenzelfde percentage gold voor Donetsk. De twee Oost-Oekraïense provincies vormen samen de Donbas, deels bezet door Rusland sinds 2014 onder het valse argument de pro-Russische bevolking daar te moeten beschermen. Hieruit ontstonden de zogenaamde Volksrepublieken Loehansk en Donetsk.

Hoe de achtergebleven bewoners van frontstad Nikopol onder constante dreiging leven

„Zoals gewoonlijk stoken de Russen. Als ze zich niet hadden bemoeid met Oost-Oekraïne in 2014 was daar niets gebeurd. Dan hadden we in vrede kunnen leven. Het Kremlin heeft ons nooit met rust kunnen laten. Dit zijn haar imperiale gewoonten. Er bestaat niet iets als een Volksrepubliek Loehansk, alsof de mensen die daar wonen een eigen territorium behoren te hebben. Dit sprookje is door Rusland de wereld ingeblazen om de kwestie-Oekraïne op te lossen. Het creëert een probleem dat niet bestaat.”

**Steun voor Rusland**

Dat wil niet zeggen dat er geen steun is voor Rusland onder de Oekraïense bevolking, weet Danilov, ook uit eigen ervaring. In 2019 wees een onderzoek in de provincies Donetsk en Loehansk, in samenwerking de Verenigde Naties, uit dat 53 procent van de bewoners van de door Rusland bezette gebieden deel wilde uitmaken van Rusland. Daarnaast zag 13 procent van de bewoners van de door Oekraïne gecontroleerde gebieden dat ook zitten.

Weer een ander onderzoek, van juni dit jaar, laat zien dat in het zuiden 12 procent van de bewoners verlangt naar hereniging van Oekraïne en Rusland tot één staat. In het oosten van Oekraïne zou 15 procent dat zien zitten.

De mensen die sympathiseren met Rusland worden de wachtenden genoemd: iemand die wacht op de komst van het Russische leger. Danilov kent ze van zijn eigen regio. De jongeren in Oost-Oekraïne, zegt hij, zijn vertrokken. Met name de achtergebleven ouderen, gepensioneerden, in de bezette gebieden steunen Rusland. „Ze hebben heimwee naar de Sovjet-Unie. Ze hebben daar hun jeugd doorgebracht. Ze hebben toen de fabrieken gebouwd. Het is nostalgie.”

Het is een klein deel van de bevolking, benadrukt hij, waarin Oekraïne niet anders is dan andere landen. „Ik denk dat er in elk land ontevredenen zijn over bepaalde zaken en dat ze heel graag willen dat iemand ze komt bevrijden.” En hun aantal neemt af sinds de Russische invasie van 24 februari 2022, gelooft hij. „Elke dag doet Poetin er alles aan om die steun te verminderen met zijn aanvallen, zoals op de kerk in Odesa afgelopen zomer. Mensen zien zijn terrorisme.”

Oleksii Danilov, secretaris van de Nationale Veiligheids- en Defensieraad van Oekraïne, in zijn kantoor. Het portret aan de muur is van geoloog, geochemicus en mineraloog Vladimir Vernadski.

**Schikken naar de wet**

Wat te doen met deze pro-Russische groepen in het na-oorlogse Oekraïne en als Kyiv de door Rusland bezette gebieden heeft bevrijd? „Zij zullen zich moeten schikken naar de Oekraïense wetten. Zo niet, dan zullen ze worden gestraft volgens de wet. En bevalt het je niet in Oekraïne dan ga je maar naar een ander land. Als je leeft volgens onze wetten, leef je vrij rustig.”

Voor de Krim, het door Rusland geannexeerde schiereiland, kwam Danilov eerder dit jaar met een twaalfpuntenplan. Daarin is bijvoorbeeld de ontgifting van de Russische propaganda opgenomen, maar ook strafrechtelijke vervolging wegens collaboratie en verraad, en onderzoek naar propagandisten. Zonder op details in te gaan zegt Danilov dat ook wordt gewerkt aan een puntenplan voor Oost-Oekraïne.

Bekijk ook deze fotoreportage over de oorlog in Oekraïne

Danilov wijst op het belang van decentralisatie, het in 2014 ingezette beleid om meer macht te geven aan de regio’s en gemeenten in plaats van Kyiv dat aan de touwtjes trekt. Belastinggeld blijft in de regio en gaat niet naar de centrale overheid, ook om te voorkomen dat het geld in de hoofdstad verdwijnt door corruptie. Burgers kunnen zo zelf zien wat er met hun belastinggeld in de gemeenten gebeurt. Rond de Majdanrevolutie van 2014 voelden veel burgers in de regio’s zich gefrustreerd doordat ze zich gepasseerd voelden door de centrale overheid in de hoofdstad.

Decentralisatie stimuleert de lokale economie, verwacht Danilov, en levert werk op dat rust creëert in de regio. Werk is het beste medicijn, denkt hij. „Alle slechte gedachten komen voort uit nietsdoen. Als iemand werkt, heeft hij geen tijd om na te denken over een onbegrijpelijk, oppervlakkig Russisch propagandaverhaal over de komst van de Russische wereld dat belooft dat je dan in de hemel zal zijn.”

**Decentralisatie als sleutel**

Danilov ziet decentralisatie als de sleutel voor het voortbestaan van Oekraïne. Het had al vanaf 1991 moeten gebeuren, vindt hij. Iedereen moet bijdragen aan de samenleving. „Decentralisatie bevordert de betrokkenheid en verantwoordelijkheid onder de burgers. Ze maken deel uit van de gemeenten, mensen doen actief mee. Het leven gebeurt daar, niet in Kyiv. Burgerparticipatie. Zo werkt dat in een democratisch land.”

Hebben de pro-Russische groeperingen geen stem nodig in het parlement? Zodat ze gehoord worden? „We kunnen geen fascistische partijen toestaan”, is het korte antwoord daarop. „En ook niet het toestaan van Russische mediazenders. Die zullen hier het moderne fascisme verspreiden.”

Uiteindelijk verwacht hij dat in het na-oorlogse Oekraïne geen partizanenoorlog uitbreekt. Dat zit niet in de aard van de bewoners. Voor de Majdanrevolutie was het immers ook rustig in Oost-Oekraïne, benadrukt hij. „Het Oekraïense leger zal er zijn. We zullen de mensen respecteren. Oekraïners, Joden, Russen, Tataren en Kazachen. Behalve de mensen die het fascistische regime van Poetin steunen en het bloed van onze burgers aan hun handen hebben, die zullen we verantwoordelijk houden.”

Het gespreksonderwerp blijft Danilov tot het einde dwarszitten. Hij wijst naar vier dikke boeken over de Oekraïense geschiedenis in zijn kast. „Ga die maar eens lezen”, raadt hij tot slot aan. „Dan zul je begrijpen dat we niets met Rusland te maken hebben.”

**CV Oud-burgemeester**

**Oleksii Danilov** (Chroestalny, 1962) studeerde geschiedenis aan de Pedagogische Staatsuniversiteit Taras Sjevtsjenko in Loehansk en behaalde later zijn diploma rechten. Tussen 1994 en 1997 was hij burgemeester van Loehansk. Daarna zat hij onder meer in het Oekraïense parlement. Vier geleden werd hij benoemd tot secretaris van de Nationale Veiligheids- en Defensieraad van Oekraïne. Danilov is getrouwd en heeft vier kinderen.

**Graphic**

Oleksii Danilov, secretaris van de Nationale Veiligheids- en Defensieraad van Oekraïne, in zijn kantoor. Het portret aan de muur is van geoloog, geochemicus en mineraloog Vladimir Vernadski.

**Load-Date:** October 29, 2023

**End of Document**



**'Ik pas voor de rol als Wijsneus des Vaderlands'**

Trouw

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Religie en Filosofie; Blz. 10, 11

**Length:** 1578 words

**Byline:** LODEWIJK DROS

**Highlight:** De Zeister theoloog Kees van Ekris is de nieuwe Theoloog des Vaderlands. Hij gaat een jaar lang overal en nergens zijn oor te luisteren leggen. 'De theologie ligt voor het oprapen.'

**Body**

Kees van Ekris interview

In de ochtendmist doemt tussen de bomen een statig gebouw op. Het roept associaties op met Zweinstein, dit oude jongensinternaat aan de rand van Zeist. Daar woont Kees van Ekris, de nieuwbenoemde Theoloog des Vaderlands.

Voor zo'n rol word je eerst voorzichtig gepolst. Dat gebeurde Van Ekris ook, een paar weken geleden. Een telefoontje. Of hij ervoor voelde.

**Wat deed u toen? God danken of eerst uw vrouw bellen?**

"Eh... niet God danken. Maar het is geen vraag waar je zomaar 'nee' op zegt. Eerst heb ik zitten mijmeren, m'n ideeënmachientje kwam op gang. Is dit leuk? Heb ik er wel tijd voor? Toevallig was mijn zoon van achttien bij me, die weinig opheeft met mijn theologische bestaan. 'Moet je doen, pap', zei hij. Toen heb ik mijn vrouw gebeld."

Van Ekris (51) is predikant binnen de Protestantse Kerk in Nederland. â€‹Hij komt uit het meest orthodoxe deel ervan, de Gereformeerde Bond. Zijn werkgever is de daaraan gelieerde zendingsorganisatie IZB in Amersfoort. Van Ekris geeft daar leiding aan een â€‹programma waarin predikanten leren hoe ze wervend kunnen preken.

Met vrouw en kinderen bewoont hij een zijvleugel van De Wittenberg. Het voormalige internaat herbergt nu een â€‹bijbelschool en een protestantse woongemeenschap, met zo'n honderd bewoners. Van Ekris omschrijft het leven daar als 'monastiek'. Net als in katholieke kloosters wordt er enkele malen per dag collectief gebeden, en samen gegeten.

Zijn eerste ideeën voor zijn nieuwe - onbezoldigde - functie stuurt hij daags voor het gesprek op. Hij wil een jaar lang 'theologie voor het oprapen' gaan bedrijven, als een 'chroniqueur die plekken en personen opzoekt, waar iets gaande is dat typerend is voor onze tijd en cultuur, en daar theologiseren. In deze tijd vol agressieve lelijkheid en imponerend geweld gaat hij op zoek naar ervaringen van schoonheid, goedheid en waarheid.'

In zijn werkkamer, met uitzicht op een ruime tuin, pakt hij er een dik boek bij, Ben Judahs This is Europe (2023). "De auteur zwerft door Europa, interviewt 28 willekeurige mensen die hij tegenkomt, mensen over wie je anders nooit wat hoort. De ondertitel: 'The Way We Live Now'. Zoiets zou ik graag doen. Hoe ziet ons leven in Nederland eruit? Over wie hoor je nooit wat? Daar ben ik nieuwsgierig naar.

"Judah beschrijft hoe een Roemeense chauffeur tegen zijn wiel staat te urineren, volgt hem, hoort dat de Roemeen ooit naar het seminarie wilde, en dat hij 's morgens eens wakker werd in zijn cabine, draaierig in zijn hoofd. In Europa zijn bendes actief die chauffeurs bedwelmen. Toen hij weer bij zinnen was, zag hij dat zijn hele vracht was gestolen. Na dat verhaal van Judah kijk ik voor altijd anders naar de parkeerplaatsen langs de snelweg.

"Zulke verhalen wil ik ook opdiepen. Luisteren. Kijken. Ruiken. En daar zoeken naar wat theologie kan betekenen."

**Waar gaat u dat doen?**

"Ik moet die plaatsen nog bepalen. Een middelbare school, de optiebeurs, een politieke campagne, een boerderij? Een hele dag meedraaien, of, wie weet, embedded een week in een wereld opgaaâ€‹n. Mijn ervaring is dat je dan zoveel diepgang en moed en wanhoop op het spoor komt. En dat wil ik zó opschrijven dat ook anderen er met nieuwe ogen naar kijken."

**Ik vroeg uw voorganger als Theoloog des Vaderlands, Katja Tolstoj, of ze een tip had voor haar opvolger. Ze zei: 'Hoed u voor ijdelheid.' Bent u ijdel?**

"Nee, eerder schuchter en teruggetrokken. De publieke ruimte, waar ik me nu â€‹in ga begeâ€‹ven, is wel een riskante plek, je kunt er ijdel van worden. Maar mocht ik dat vergeten, dan relativeren de mensen in onze leefgemeenschap dat wel als we aan tafel zitten.

"Dit is geen egoproject, ik doe dit namens veel andere theologen, en wil een houding laten zien van 'zo kan het ook'. En 'dit kan de theologie bijdragen'."

**Het woord 'â€‹minister-president' schrijven we met kleine letters, 'Theoloog des Vaderlands' met hoofdletters. Bent u zich bewust van het gewicht van uw nieuwe rol?**

"Hou op zeg. Weet u wat een vriend me aanraadde? Als je op de Nacht van de Theologie wordt gepresenteerd, zeg dan niet 'goedenavond', maar buona sera." Dat was wat Jorge Bergoglio in 2013 zei, toen hij voor het eerst naar buiten trad als paus Franciscus.

Een IZB-predikant als tijdelijke â€‹paus-der-Lage Landen: Van Ekris moet er weer om lachen.

**U bent gepromoveerd op 'profetische prediking' en publiceerde onlangs een bundel over moderne profeten. Bent u er zelf een?**

Hij denkt lang na. "De vraagstukken van nu - klimaat, de oorlog in Israël - zijn zo groot, en de sfeer is zo explosief, dat ik snak naar herderschap. Influencers, schreeuwers en opiniemakers zijn er al genoeg, ik zoek â€‹liever naar mensen die anderen meenemen. Ik wil opkomen voor wie wordt gecanceld, voor wie ontregelen, voor wie de strijd tegen wanhoop kennen."

In het afgelopen jaar kwamen drie vakgenoten van Van Ekris met forse kritiek op geloofsgenoten. Rozemarijn van 't Einde â€‹klaagt kerken aan om hun passiviteit in de klimaatcrisis en protesteert zelf in heilige woede met Extinction Rebellion (XR)â€‹ mee. Johan Graafland â€‹stelt vast dat 'christeneâ€‹nâ€‹ niet bekendstaan om hun zorg voor diereâ€‹n', en verklaart zelf vrijwel de â€‹vele vleesindustrie voor verwerpelijkâ€‹. Palestijnse theologen zeggen in oudtestamentisch profetenjargon dat ze 'walgen' van westerse christenen die zich achter Israël scharenâ€‹ - ze moeten berouw tonen en zich bekeren.

**U bent de specialist. â€‹Zijn dit de profeten van nu?**

"Dat kun je niet zomaar zeggen. Er hangt een profetische geur om hen heen, â€‹want ze uiten zich urgent, hun boodschap is irritant en alarmerend, en dat â€‹vind ik goed.â€‹ Maar ook in de Bijbelâ€‹, waarin talloze profeten voorkomen, wisten ze pas achterafâ€‹ welke de goede waren."

**Wat is â€‹hier de tussenstand?**

Van Ekris â€‹wijst bij XR op het risico van 'zelfgenoegzaamheidâ€‹' - van demonstranten die het fijn hebben met elkaar, en weinig hebben te lijden. Dan vindt hij Graafland, die dezelfde orthodoxe achtergrond heeft als hij, moediger. Want veel bio-industrieboeren zijn ook orthodox-christelijk. "Hij zet wat op het spel door zijn eigen nest te bekritiseren. Ik vind het sterk dat hij oproept om als christenen beter met dieren om te gaan - en mijn waardering daarvoor staat los van het gegeven dat ik zelf geen vlees eet."

**En die Palestijnse theologen, wat doet hun appel met u?**

"â€‹Hun manifest is een van de vele stemmen in de publieke ruimte, die is daarvan vergeven. Het is te stellige taal, â€‹die al snel de complexiteit negeert. De profetische traditie kent inderdaad termen als bekering en berouw, maar in die traditie zitten ook tranen, tederheid en zelfverwijt. Als dat laatste afwezig is, en het vooral hard is en vol verwijten zit, verergert zo'n manifest de situatie eerder dan dat het die verbetert."

â€‹Van Ekris vraagt zich af of het oudtestamentische model â€‹van profetenkritiek wel geschikt is voor nu.â€‹ "Ik voel veel meer voor het doorbreken van taal die anderen wegzet. Maar hun appâ€‹el woelt me wel om, ik hoor â€‹hun wanhoop in een schreeuw om rechtâ€‹. Hopelijk luisteren ook zij naar andere stemmen."

**Volgens uw plannen 'vertraagt, verdiept, vraagt, betwijfelt' een theoloog. U wilt als Theoloog des Vaderlands 'de relevantie van theologie' tonen. Hoe gaat u dat doen?**

"In ieder geval niet door de zoveelste gebunkerde stem te laten horen."

**Hoe wel?**

"â€‹Hier", zegt hij, en pakt Rotterdam, een ode aan inefficiëntie erbij, van Arjan van Veelenâ€‹. "Hij schrijft over de koopvaardijpredikante Helene Perfors, die op schepen komt, vaak na een akelig incident. Zoals toen iemand op een tanker zich had opgehangen aan de gasleidingâ€‹. Perfors stapt in een wereld waarin mensen een slavenbestaan leiden, met soms maandenlang geen mens die hen aanraakt. Dan realiseer je je dat zij deel uitmaken van die hele internationale goederenstroom die we niet zien, maar waar we wel zelf ook deel van uitmaken. Denk aan het gezin dat steeds maanden zonder vader had gezeten, en nu definitief.

"En dan komt een dominee met haar kleine, grootse gebaren en eert die overleden man. Ze roept God aan. Voert een ritueel uit. Troost. Daar breekt het transcendente door. Dat is theologie voor het oprapen.â€‹ â€‹Naar zulke plekken ga ik op zoek."

Terwijl de mist in de tuin met moeite optrekt, vertelt Van Ekris hoe hij dat oprapen vooral ní­ét wil gaan doen. Niet door de krachtmetingen in debatcentra op te zoeken of in panels te gaan zitten. "Ik zag een Youtube-filmpje van Arnon Grunberg die Anil Ramdas fileert. Twee begaafde mannen in een haâ€‹antjesgevecht verwikkeld, waarbij Grunberg sterker is dan Ramdas, die dan al in verval is. Dat is vaak de debatcultuur, waarin niet de ontmoeting, de nieuwsgierigheid centraal staat, maar het scoren. Ik heb geen zin om daar als Wijsneus des Vaderlands aan mee te doen, ik pas voor de machine van meningen en manifesten. Daar worden we door gegijzeld."

**U wilt uw oor te luisteren leggen, daarover nadenken en dan als theoloog reageren. U selecteert daar vindplaatsen voor. Zijn er ook plaatsen die u mijdt, waar u bang voor bent?**

"Poeh. Ja. ik heb grote moeite met keihard, nietsontziend geweld. Wat blijft er van me over als ik daarbij in de buurt ben? Wat betekent theologie â€‹bij die â€‹granaataanslagen in Rotterdam? Dat vind ik eerlijk gezegd eng, heel ontregelend. En dus iets om te verkennen. Misschien moet ik een dagje meelopen met een arrestatieteam."

'Zeg nee tegen de machine van meningen en manifesten'

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 10, pagina 11

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Grote zorgen over antisemitisme hier; Brief van de dag**

De Telegraaf

28 oktober 2023 zaterdag

Nederland

Copyright 2023 Mediahuis Nederland BV All Rights Reserved



**Section:** WATUZEGT; Blz. 22

**Length:** 121 words

**Body**

Brief van de dag

Ik maak mij, en ongetwijfeld niet als enige, grote zorgen nu blijkt hoe groot de haat tegen Israël en het antisemitisme in Nederland is.

En dan met name binnen de islamitische gemeenschap. Zwart-witte vlaggen, islamitische kinderen die ingezet worden om tegen Israël/Joden te demonstreren en dus met haat worden opgevoed.

Daarbij komt nog dat een volksvertegenwoordiger openlijk in nota bene de Tweede Kamer Jodenhaat verkondigt. De uitingen van partij Denk in de Tweede Kamer blijven vooralsnog 'onbestraft'.

We hebben geen idee hoeveel haat en antisemitisme we, naast echte vluchtelingen die we uiteraard ruimhartig moeten opvangen, via immigratie binnenhalen.

Kees Rakers,

Hoofddorp

PDF-bestand van dit document

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Deze misdaden mogen nooit vergeten worden**

de Volkskrant

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Zaterdag; Blz. 10, 8, 9

**Length:** 1686 words

**Byline:** TOM VENNINK

**Highlight:** De onafhankelijke Russische journalist Katerina Gordejeva reisde naar het westen én het oosten van de frontlinie om de oorlogsgetuigenissen van Oekraïners vast te leggen. 'Misschien worden ze ooit voorgelezen in een rechtbank.'

**Body**

Oorlog in Oekraïne

'In het Westen zit waarschijnlijk niemand te wachten op een Russische stem over de oorlog', zei de een. 'In Rusland gaat niemand dit uitgeven', zei de ander. Nee, de Russische vrienden en literair agenten die Katerina Gordejeva raadpleegde, hadden weinig vertrouwen in een boek van een Russin over Oekraïense oorlogsvluchtelingen.

Maar Gordejeva (46), een prominente onafhankelijke journalist uit Rusland, begon er toch aan. Ze reisde naar het westen én het oosten van de frontlinie om de getuigenissen van Oekraïners vast te leggen. Dus ook naar Rusland. Want ze wilde de verhalen van mensen aan die kant van het front niet overlaten aan de Russische propagandakanalen. Met alle gevaren van dien: de Russische autoriteiten, die deze week weer een journalist arresteerden, bestempelden haar als 'buitenlands agent'.

Via connecties kwam Gordejeva op plekken waar onafhankelijke waarnemers normaal gesproken niet vrij kunnen werken, zoals Russische opvangcentra voor Oekraïense vluchtelingen. Dat is het voordeel van opgroeien in Rostov, de Russische stad aan de Oekraïense grens waar veel Oekraïners worden opgevangen, zo vertelt Gordejeva in een interview in een Amsterdams hotel. Op tafel ligt haar boek Neem mijn verdriet weg, de serie huiveringwekkende getuigenissen die ze verzamelde aan beide kanten van het front.

'Misschien worden ze ooit voorgelezen in een rechtbank', zegt Gordejeva. Ze is gekleed in het zwart, praat zacht en heeft vochtige ogen. 'De mensen die ik heb gesproken zijn heel verschillend, maar ze hebben allemaal het recht om gehoord te worden.'

Niet alle Oekraïners die ze sprak, keken ernaar uit om met een Russische journalist in gesprek te gaan - in het Russisch. 'Toen ik op u wachtte, dacht ik: laat ik Oekraïens spreken. Ik wilde het u zwaar en ongemakkelijk maken. Ik wilde zoiets doen zodat u mijn pijn zou voelen', zo zei een blinde vrouw uit de Oekraïense stad Cherson tegen Gordejeva. Toch vertelde de vrouw in het Russisch hoe ze tijdens een bombardement achter haar kat aan de kelder uit spurtte, de Russische raket die haar blind maakte tegemoet.

Een vrouw uit Kyiv gaf Gordejeva met tegenzin een lift naar Duitsland, op weg naar vluchtelingen die verkracht zijn door Russische soldaten. In de auto zei ze: 'Ik wilde je niet meenemen. Ik ben ermee akkoord gegaan omdat ik je in het gezicht wilde zeggen dat ik jou, zoals alle andere zo meevoelende 'ik heb er niks mee te maken, dat is allemaal Poetin'-mensen, haat.'

Waar ze ook komt, overal wordt Gordejeva geconfronteerd met haar Russische nationaliteit. In Spanje kreeg ze een vraag van een vrouw uit Marioepol, die verteld heeft dat ze zich niet meer kan herinneren wanneer precies ze de hand van haar zoon losliet en hij omkwam door een explosie. De vrouw vroeg: 'Snapt u hoe het is om je niet te herinneren hoe je je eigen enige zoon hebt verloren?' En: 'Wat heb ik misdaan, wat hebben wij allemaal misdaan, waarom doen jullie ons dit aan?'

Ook aan de andere kant van het front, in opvangcentra in Rusland, kreeg Gordejeva vragen. Zoals van Roeslan, een vechtsporttrainer uit Marioepol. Hij geloofde in Poetin en wilde deel worden van 'de Russische wereld', totdat Rusland de huizen van zijn familieleden aan puin schoot. 'Is dat nou 'de Russische wereld', vroeg hij Gordejeva. 'Op zo'n wereld zitten we niet te wachten.'

**Hoe overtuigde u uw Oekraïense gesprekspartners om hun verhaal te vertellen aan een Russische journalist?**

'Dat was soms heel moeilijk, maar niemand heeft tegen me gezegd: 'Ik ben Oekraïens, jij bent Russisch, dus ik ga niet met je praten.' Ik ben in de eerste plaats journalist en ik kwam niet om over koetjes en kalfjes te praten. Ik wilde hun verhalen vastleggen, zodat die bewaard blijven. Daarom hebben ze misschien ingestemd. Daar ben ik ze heel dankbaar voor.'

**Niettemin zien ze u als een vertegenwoordiger van Rusland en houden ze u medeverantwoordelijk voor de invasie.**

'Zo zie ik het zelf ook. Men zegt dat individuen zich niet schuldig en verantwoordelijk hoeven te voelen, maar ik voel me wél schuldig en verantwoordelijk. Elke dag denk ik: wat had ik nog meer kunnen doen om dit te voorkomen? Was ik misschien te druk met mijn carrière of met mijn gezin? Waar heb ik het laten liggen?

'Aan het begin van de oorlog was er een moment waarop ik huilde en mijn kinderen zeiden: 'Mama, je bent toch altijd tegen Poetin geweest, je hebt altijd gevochten.' Maar ik schaam me, omdat ik er niet in ben geslaagd om te voorkomen dat er oorlog in hun leven is gekomen. Zij blijven straks achter met de vernielingen die de generatie van Poetin heeft aangericht. Poetin heeft ons allemaal duizend jaar teruggeworpen in de tijd.'

Gordejeva's boek gaat allereerst over Oekraïners, maar ook over haarzelf. Haar leven is, net als dat van veel Russen, verweven met Oekraïne. Ze groeide op aan de grens met Oekraïne, op duizend kilometer van Kyiv en op net zoveel van Moskou. Ze kreeg kinderen in Moskou, haar broer en haar zus wonen met hun gezinnen in Kyiv.

Rusland verliet ze kort na de annexatie van de Krim en de oorlog in de Donbas. Ze wilde niet wonen tussen een bevolking die kalm reageerde op het binnenvallen en bezetten van een buurland. 'Ik was geschokt dat je iemands huis kunt innemen en dat niemand daar dan iets van zegt', zegt Gordejeva.

Sindsdien woont ze met haar man en drie kinderen in de Letse hoofdstad Riga. Ze leerde de Letse taal, haalde het inburgeringsexamen. Maar Letland wordt steeds kritischer op de aanwezigheid van Russen, uit vrees voor een nieuwe bezetting van de Baltische landen door Moskou, net als tijdens de Sovjet-Unie. Gordejeva zegt te blijven zolang Letland geen regels invoert die 'vernederend of ondraaglijk' zijn.

In Rusland krijgt ze ook geen warm welkom. Ze draagt er het label 'buitenlands agent'. De Russische autoriteiten hebben haar verplicht om zich aan gesprekspartners en haar publiek (op YouTube heeft ze 1,6 miljoen volgers) voor te stellen als buitenlands agent - oftewel, als staatsvijand. Doet ze dat niet, dan kan ze een boete krijgen en bij herhaling een gevangenisstraf.

Werken in haar eigen land wordt steeds moeilijker. In haar geboortestad Rostov wist ze via haar connecties binnen te komen in opvangcentra voor Oekraïners, maar in een centrum in Taganrog luisterden twee Russische veiligheidsagenten mee tijdens het interview met een gevluchte Oekraïense vrouw.

**De vrouw vertelde u dat Rusland de oorlog is begonnen. Na het interview hielden jullie een paar weken contact, maar sindsdien kunt u haar niet meer bereiken, schrijft u. Maakt u zich zorgen dat het interview gevolgen voor haar heeft gehad?**

'Rusland is zo'n wonderbaarlijk land dat werkelijk alles gevolgen kan hebben. Ja, natuurlijk ben ik bang en bezorgd dat ik haar niet kan bereiken. Maar misschien wilde ze gewoon geen contact met mij onderhouden.'

**U heeft ook familieleden van Russische militairen opgezocht. Begrijpt u daardoor beter waarom Russische militairen tegen Oekraïne vechten?**

'Ik kan alleen spreken over de mensen met wie ik heb gesproken. De helft van hen kan zich niet voorstellen om 'nee' te zeggen. In ons land bestond lijfeigenschap de facto tot het midden van de vorige eeuw, pas toen kregen Russische landarbeiders paspoorten. Voordien waren zij totaal machteloos. Ze waren eigendom van de staat.

'Het lukt mij nooit om dit uit te leggen aan mijn Europese vrienden. Het is ook moeilijk te begrijpen voor bevolkingen die al eeuwenlang in democratie leven. Ik rechtvaardig het op geen enkele manier, maar zo is het.

'Laat me een voorbeeld geven. Op dit moment probeer ik een jongen op de Krim te helpen. Hij is gemobiliseerd in de herfst van vorig jaar, maar wilde niet vechten en sloeg op de vlucht. Hij zocht hulp bij mensenrechtenactivisten, maar dat bleken geen echte activisten, maar provocateurs, KGB'ers. Hij is gearresteerd. Eerst kreeg hij 9 jaar celstraf opgelegd wegens desertie. Maar op basis van de correspondentie met die KGB'ers vervolgen ze hem nu voor hoogverraad: 20 jaar cel. Ik weet dat hij geslagen is en gemarteld wordt. De Krim is een gesloten, grijze zone, waar wetten net zoveel waard zijn als in Tsjetsjenië.

'Dus dat speelt mee als we het hebben over hoe Russische militairen in Oekraïne belanden. Het is gemakkelijk om vanuit comfortabele omstandigheden te zeggen: in de gevangenis is beter dan aan het front.'

**Voor uw YouTubekanaal spreekt u ook Russische voorstanders van de invasie. Snapt u waarom zij achter de oorlog staan?**

'Nee. Misschien omdat de oorlog hen niet raakt. Hun levensstandaard wordt zelfs beter door de oorlog. Meer geld, macht, comfort, invloed. Rusland heeft drie onuitputtelijke hulpbronnen: olie, gas en mensen. Het maakt politici niet uit hoeveel ze daarvan verspillen. Voor hen zijn wij met te veel om zich zorgen te maken over ons dodental. In Oekraïne is dat anders, daar begrijpen ze de waarde van ieder mens dat gewond raakt of omkomt aan het front. Rusland is te groot.'

**Het moet vernederend zijn om u in uw eigen land te moeten uitgeven als buitenlandse agent. Houdt u zich aan die eis van de Russische autoriteiten?**

'Ja. De opties voor mij zijn als volgt: ik houd me er niet aan en draai om die domme reden de gevangenis in. Of ik besef dat ik te maken heb met criminele eisen van een criminele regering, en ga door met mijn werk.

'Ik ben Joods. Mijn voorouders droegen een gele ster. Gaven ze daarmee goedkeuring aan de mensen die hun dwongen om die ster te dragen? Nee. Ik zie het als een compromis. Het geeft mij de mogelijkheid om nog in Rusland te werken.'

De vrienden en literair agenten die Gordejeva raadpleegde voor haar boek, hebben gelijk gekregen in een van hun voorspellingen: geen enkele uitgeverij in Rusland durft het aan om Gordejeva's boek te publiceren. Of mensen in het Westen zitten te wachten op een Russische stem over de oorlog moet nu blijken.

'De mensen die ik heb gesproken zijn verschillend, maar ze hebben allemaal het recht om gehoord te worden.'

'Rusland heeft drie onuitputtelijke hulpbronnen: olie, gas en mensen. Het maakt politici niet uit hoeveel ze daarvan verspillen. In Oekraïne is dat anders'

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 8, pagina 9, pagina 10

**Graphic**

Waar ze ook komt, overal wordt Katerina Gordejeva geconfronteerd met haar Russische nationaliteit. Een vrouw uit Marioepol vraagt haar: 'Wat heb ik misdaan, wat hebben wij allemaal misdaan, waarom doen jullie ons dit aan?'

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**'Elke idioot met een naaimachine kan pretenderen haute couture te maken'**

Het Parool

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Interview; Blz. 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19

**Length:** 3452 words

**Byline:** ELS QUAEGEBEUR

**Highlight:** Mart Visser (55) had een turbulent jaar, inclusief cameraploeg die het vastlegde voor een nieuwe documentaire. De ontwerper stopte in 2019 met haute couture, sindsdien maakt hij meer kunst en doet - en zegt - wat hij wil. 'Ik weiger me aan te passen aan de angstcultuur van deze tijd.'

**Body**

In het hoofdkwartier van Mart Visser aan de Luchtvaartstraat in Oud-Zuid is net een sample sale achter de rug van prêt-à-porterstukken. Zeshonderd dames mochten verdeeld over vier dagen op uitnodiging komen winkelen. En dat deden ze. Een grote hal achter de entree staat nog vol halflege rekken met rokken, jurken, jassen en blouses, omringd door een aantal schilderijen van Mart Vissers hand. Hij maakt al bijna twintig jaar mensenhoofden. Koppen, zegt hij zelf. Hij schildert ze, tekent ze, steeds vaker beeldhouwt hij ze ook. En niet onverdienstelijk. In januari opent de zoveelste expositie van zijn werk, in een interieurzaak in Parijs dit keer. "Vind ik leuk. Ik hoef helemaal niet in een gerenommeerde galerie. Ik wil gewoon met leuke mensen werken. Bovendien versterkt het de kunst, een goed interieur. Altijd dat misprijzende gezeur over mensen die artwork zoeken voor boven de bank. Ja, so? Daar kijk je toch naar? Dat wil niet zeggen dat iemand niet voelt wat ze mooi vindt."

Visser gaat voor naar een rustige zijkamer. Langs de zwart geschilderde wanden hangt daar chic uitgelicht de Caroline Tensen-lijn. De presentatrice is al jaren klant bij hem en ze wilden graag een keer samenwerken. Hij laat een paar Tensen-items zien. Een versie van de little black dress, een stoere broek van bruin leer, een lichtblauw vest met een weergave van haar tatoeage op de rug geborduurd: "Het loopt allemaal als de brandweer."

In de documentaire Mart Visser, gemaakt door Talpaverslaggever Marius Looijmans, vertelt een rits bekende Nederlandse vrouwen over het belang van de ontwerper voor hun klerenkast. Simone Kleinsma bijvoorbeeld: "Mart creëert prachtige outfits." En Daphne Dekkers: "Mart heeft altijd geweigerd om tenten te maken." Half november wordt het hoofdkwartier tijdelijk omgebouwd tot bioscoop en kan het publiek Mart Visser bekijken.

"Het draaien van de documentaire - waar ik ontzettend blij mee ben - liep diagonaal door one hell of a year heen," zegt hij terwijl hij op zijn Italiaans een espresso achteroverslaat. "Ik heb een stressvol jaar achter de rug, op allerlei vlakken."

**Wat was er aan de hand?**

"Als ik het samenvat: we hadden binnen het bedrijf een paar rotte appels in het personeelsteam. Ik kreeg niet meteen de vinger achter de oorzaak, ook omdat zoiets me zelden overkomt, terwijl ik aan alles voelde dat er iets niet goed zat. Op een zeker moment was ik alleen maar bezig met mensen, en met eindeloos gezeik, niet meer met creëren. Daar kan ik ongelooflijk slecht tegen. Gelukkig staat er sinds een paar maanden weer een team overeind zoals ik het wil hebben, maar jezus, wat was het vervelend."

"Daar kwam bij dat mijn leuke, lieve, geweldige man Job drie jaar geleden in een zware burn-out terechtkwam. Als partner kun je alleen naast iemand blijven staan, machteloos toekijken en vooral niet te veel prikkelen. Dat probeerde ik zo goed mogelijk te doen - en nog steeds, al gaat het gelukkig veel beter met Job - maar ja, ik ben niet van de machteloosheid, van het stilzitten en ik ben al helemáál niet goed in mijn mond houden. Als ik te veel mijn best doe wel zo te zijn, frustreert dat me enorm en krijg ik last van fysieke klachten. Maagpijn, vastzittende schouders, vatbaar voor elk virusje. Ik kreeg ook nog twee keer huidkanker op mijn hoofd. Beide plekken konden godzijdank worden weggehaald. Het is nu goed. Ja, je ziet een flinke deuk, maar dat trekt nog bij."

**Ik kan me voorstellen dat dat confronterend was, zeker voor iemand die gewend is de teugels stevig in handen te hebben.**

"Ik vond het wel een ding, ja. Het is toch kanker. Je zag het ook zo in het begin. Ken je Teun Föhn? Die kapper uit de realityshow Urk! - zo zag ik eruit na de operatie. Helemaal opgeblazen. Door het bloed dat naar beneden zakte. Serieus, ik kon zo meedoen in Star Trek. Dágen duurde het. Dat je denkt: ik haal even een plekje weg. Doodeng. Gelukkig had ik een fijne arts in het OLVG die me goed had voorbereid op wat er allemaal kon gebeuren. Dus ja, het greep me zeker aan. Ik ben ook nooit ziek of zo, ik ga altijd gewoon."

"Maar goed, om het hell of a year-rijtje af te maken. Job en ik verkochten ook nog ons huis in Zuid-Frankrijk, waar we 25 jaar heen gingen en waar ik een fantastisch atelier had. En mijn fantastische hulp in de huishouding, die 22 jaar alles voor ons deed, ging weg. Kortom, het was één groot gala van afscheid en verandering. En ondertussen was ik bezig mijn leven in beschouwing te nemen, om dat vervolgens terug te brengen tot een film van een uur en vier minuten."

**Wat is het vertrekpunt van de documentaire?**

"Het verhaal begint bij een aantal highlights uit mijn archief; ik heb hierachter driehonderd outfits uit de afgelopen dertig jaar hangen. Daarna gaan we via een reeks foto's terug naar mijn jeugd in Sleeuwijk, mijn tijd op modeacademie Charles Montaigne - nu het Amfi - zit erin, buitenlandse avonturen, zoals mijn werk voor Anne Klein in New York, en natuurlijk een weergave van de 58 coutureshows die ik heb neergezet, in de hoogtijdagen drie shows per dag in het Hilton. Op persoonlijk vlak is mijn vader van 83 een leuke rode draad in de film. Mijn broer Ernst ook. Hij is hier de managing director. En een enthousiaste verteller. Hij kent me door en door, dat maakt het extra leuk."

**Ernst is de vrolijke man die in de documentaire zegt: 'Mart is lastig'?**

Hij grijnst. "Dat is 'm."

**Wat bedoelt Ernst met 'lastig'?**

"Ik ben uitgesproken, nauwkeurig en ik weet altijd wat ik wil. Terwijl wij hier zitten te praten zie ik dat in dat rek daar de kledingstukken niet allemaal op dezelfde hangers hangen. Daar kan ik niet tegen. Ik zal niet rusten voor alles goed hangt. Dat kun je lastig vinden, maar zo zit ik in elkaar en zo werk ik. Het resultaat is dat mijn bedrijf na dertig woelige modejaren nog steeds staat als een huis. Wij zijn een ongoing business en het gaat fantastisch, ongeacht die paar rotte appels."

**Wat maakt voor u een appel rot, als het gaat om mensen die voor u werken? Wat deden zij verkeerd?**

"Een rotte appel in je bedrijf is voor mij iemand die niet inziet wat de juiste relatie is tussen werknemer en werkgever. Ik ben de werkgever, ik geef werk, een inkomen en ervaring, in ruil daarvoor geef jij mij tijd, inzet en hopelijk resultaat waar we allemaal wat aan hebben. Er moet loyaliteit zijn aan het bedrijf, aan de werkomgeving waarvoor je zelf hebt gekozen. Dat betekent voor mij dat je je persoonlijke sores thuis laat en bezig bent met wat hier gebeurt in de uren dat je aan het werk bent. Dat mis ik de laatste tijd een beetje, en ik ben niet de enige werkgever die er zo over denkt. Maar goed, je leert van rotte appels omdat ze je ook laten zien wie de goede pionnen zijn. Met mijn equipe van dertien mensen draai ik nu net zo veel omzet als een ander modebedrijf met dubbel zoveel werknemers."

**En dat krijgt u voor elkaar zonder de Matthijs van Nieuwkerk van de Nederlandse fashion bubble te zijn?**

"Ja. Kijk, ik verwacht natuurlijk het een en ander als iemand hier komt werken. Daar ben ik ook duidelijk in tijdens sollicitatiegesprekken. Mijn naam staat overal op, maar achter de schermen zijn we allemaal hetzelfde, in de zin van: allemaal een eigen discipline en eigen verantwoordelijkheden, maar ook allemaal oog houden voor het geheel. Ik net goed als zij. Daarom ga ik voor de multitaskers."

**Waar leiden uw verwachtingen toe achter de schermen? Kunt u een situatie schetsen?**

"Nou, vanochtend hadden we bijvoorbeeld een discussie over onze klantenservice. Er kwam een aantal lijken uit de kast, zoals een mevrouw die een mooie jurk had teruggestuurd omdat de maat verkeerd was en daar drie keer achteraan moest bellen. Zo'n mevrouw bestelt nooit meer. Dus ja, dan hamer ik er nog een keer op dat we hier een 24-uurs-policy hebben, no matter what. Weekend ertussen, snap ik allemaal, pak je het maandagochtend op. Al schrijf je maar: ik heb uw mail ontvangen, ik ga het uitzoeken. Wij reageren hier snel en adequaat. Gewoon omdat ik dat wil."

**En dat zegt u ook zo?**

"Zeker. Wat dat betreft weiger ik me aan te passen aan de angstcultuur van deze tijd. Anders kan ik geen bedrijf runnen met jonge werknemers, die ik wel graag de kans wil bieden hun talenten te ontwikkelen. Er zijn nu studenten aan die universiteit die weglopen uit de collegebanken omdat docenten hen een vraag stellen. Dat is dan een onveilige situatie. Maar waarom zit je daar? Toch om kennis op te doen? Om te leren je gedachten onder woorden te brengen? Uitgedaagd te worden iets te zeggen wat hout snijdt? Hou toch op met je gezeik. Ja, sorry, je hebt aan mij echt een hele slechte op dit vlak. Weet je waarom? Omdat het vaak zo bedacht is. Daarmee sla je alles om je heen dood: open communicatie, het vermogen tot zelfrelativering, incasseren vanuit gezond verstand, een keer iets doen waar je geen zin in hebt, om erachter te komen dat de meeste dingen interessanter zijn dan je denkt."

"Gelukkig herbergt de jongere generatie ook veel superleuke, megagetalenteerde aanpakkers. Die juweeltjes weet ik te vinden. Soms spoort het ook niet hoor, mijn werkhouding met die van iemand die ik wel zie zitten. Maar ik zeg tegen iedereen: probeer het in elk geval. Je kunt altijd weg. En het is een hartstikke leuk bedrijf hè. We doen te gekke dingen en ik sta open voor elk goed idee."

**Vier jaar geleden stopte u met uw grote hautecoutureshows. Waarom?**

"Ik had het te lang gedaan. Daarmee bedoel ik niet de creaties, de presentaties en de shows op zich, dat vond ik altijd geweldig. Alleen, fysiek en mentaal is het best een aanslag. Nog even los van de shows deden wij zes, zeven coutureklanten op een dag. Intake, first fitting, second fitting, aflevering: vier afspraken voor je bij het gewenste resultaat bent. Bruiden nog meer. In mijn toptijd - toen ik nog op de Paulus Potterstraat zat - deed ik zestig bruiden per seizoen, had ik een vast eigen ateliers en tig buitenateliers met allerlei specialisaties, waar weet ik hoeveel freeâ€‘lancers werkten. Een logistieke operatie van hier tot Tokio. En ik was overal bij. Ik heb daardoor de leukste mensen ontmoet en een heleboel jachten, private jets, buitenhuizen en helikopters gezien, maar met de jaren bekroop me steeds vaker de vraag wie ikzelf was in die wereld, en of het eigenlijk nog wel was wat ik wilde."

"Toen de corona-epidemie over ons heen viel, dacht ik: dit is mijn ticket to freedom. Ik maak tegenwoordig alleen nog haute couture voor een select gezelschap van klanten dat mijn 06-nummer heeft. Zes, zeven keer per maand zo'n beetje. Heerlijk. Ik heb vanochtend jurken voor Janine Jansen afgeleverd bij het Concertgebouw. Vanmiddag komt ze langs voor een fitting. Dat vind ik leuk om te doen."

**The New York Times-modecriticus Vanessa Friedman schreef over de coutureshows van de beroemde merken tijdens de laatste fashion weeks: 'In toenemende mate niche. Niet fysiek kleiner, maar voornamelijk sprekend tot een echokamer van hun eigen, betaalde, celebrities en volgelingen.'**

"Dodelijk. Ze heeft wel gelijk. Ik denk ook dat het systeem van fashion weeks met enorme shows nergens meer op slaat. We zijn een compleet andere kant opgegaan. De beste designer is niet meer iemand die hard heeft gestudeerd, maar een influencer. Het nadeel van dit vak is dat elke idioot met een naaimachine op de keukentafel kan pretenderen haute couture te maken. Door Instagram en TikTok hebben die idioten helemaal vrij spel gekregen. Zonder naaimachine dan, want ze hebben geen flauw idee hoe zo'n ding werkt."

"Vorig jaar maakten Olcay Gulsen en ik voor Net5 het - helaas slecht bekeken - programma Heb ik wat van je aan? Drie beginnende ontwerpers die voor een BN'er een jurk moesten maken voor een event. Er zaten een paar indrukwekkende talenten tussen, maar negentig procent ging stuk op het eigen ego en tachtig procent kon niet eens tekenen. Types die kwamen aanzetten met: nou ja, zoiets ga ik doen, met de sleep hier, copy-paste, copy-paste, rode loper van Oscaruitreikingen. Wat is je droom, vroeg ik dan. 'Oscarjurken maken in LA.' Maar weet je dan bijvoorbeeld hoe je dit in elkaar zet? 'Nee, niet precies maar ik doe gewoon een beetje zus en zo.' Rammen om een jurk klaar te hebben die ze kunnen posten, dat was het."

"Ik voel me een ouwe lul als ik het zeg, maar dit vak gaat over ambacht en kunde. Hoe maak je een kledingstuk waarin een vrouw zich prettig en mooi voelt, maar dat ook goed in elkaar zit? Hoe laat het materiaal zich verwerken? Is het iets, helemaal in deze tijd, voor de long term? Wasteful design neerzetten vanuit ego en effectbejag zou geen plek mogen hebben in fashion."

"O, ik ben wel uitgesproken aan het worden... Na je 50ste interesseert het je allemaal geen hol meer. Of nee, het interesseert me juist wel en ik kan niet anders dan het zo zeggen, omdat ik het gewoon zo zonde vind van het vak."

**Bent u blij dat u geen 23 bent en net van de academie afkomt?**

"Absoluut. Ik groeide op in een modewereld met de schijnwerpers op het ambacht. Dat wil niet zeggen dat ik niet bezig ben met hoe de markt zich ontwikkelt. Integendeel, dat heb ik altijd gedaan en ik ben hartstikke commercieel. Als ik zie dat een prachtig zwart jasje online niet goed loopt, vraag ik me meteen af waarom. Misschien is het de fotografie, zie je niet goed wat het is. Haal ik het van de site, zet ik er een wit biesje op dat contrast geeft, nieuwe fotografie, terug op de site, hup, vierhonderd exemplaren vliegen weg. Dat spel ik vind ik superleerzaam en leuk. Crossovers werken ook als een trein. Ik stop een flyer van een platform voor make-up en allerlei lekkere haarsmeersels in onze pakketten, zij een flyer van ons in de hunne. Zo verbreden we allebei onze doelgroep zonder ingewikkelde financiële afspraken. Zo ben ik hier de hele dag bezig ideeën te spuien. Soms zegt iemand dan: dat hebben we al gedaan, Mart. Prima, zoveel te beter. Ik denk dat je als ontwerper niet alleen je handschrift goed moet kennen, maar ook altijd moet blijven kijken of je binnen dat handschrift een andere kant op kan. Een grote bloemenprint op een plissérok. Ben ik dat? In principe niet, maar als ik het nou zo en zo doe, ben ik het wel."

**Gaat elk ontwerp nog door uw handen?**

"Alles. Alle materialen, elke fitting, elk prototype."

**Hoe nemen jullie klimaatbewustzijn mee?**

"We zijn behoorlijk circulair. Onze denim is organic. De dozen met B-keuze die we terugkrijgen van de logistics-afdeling omdat er iets kleins mee mis is, spitten we stuk voor stuk door. Negentig procent van de foutjes kunnen stagiaires hier compleet re-conditioneren en dan kunnen de kleren weer de site op. Er zijn een aantal mooie tweedehandswinkels waar we spullen heen sturen. Ik geef ook veel weg aan goededoelenorganisaties, bijvoorbeeld aan een stichting die zich inzet voor mensen die gaan solliciteren, maar niet de middelen hebben om een geschikte outfit aan te schaffen en een stichting voor slachtoffers van huiselijk geweld. Ik wil ermee zeggen: wij gaan helemaal leeg. Er verdwijnen hier geen kleren in vuilniscontainers."

**U heeft altijd nadrukkelijk ontworpen voor vrouwen. Er zijn natuurlijk steeds meer mensen die zich niet per se identificeren als vrouw die misschien ook dolgraag een plissérok met een grote bloemenprint willen dragen. Hoe gaat u daarmee om?**

"Het maakt mij niet uit wie zich graag kleedt in mijn outfits, als ze er maar blij van worden. Diversiteit, bring it on. Langzamerhand zie je in deze tijd weer steeds meer paradijsvogels opstaan zoals je ze vroeger op elke straathoek in Amsterdam had. Heerlijk. Natuurlijk gaat dat over een statement en een positionering, maar het heeft ook een hoog fuck you-gehalte: zo wil ik me kleden, want hier voel ik me fijn in. Love it. Als het maar is wie je echt zelf bent, en niet aangemeten. Vorig jaar was ik in New York in een waanzinnig stoffenhuis waar ik al eeuwen gek op ben. Nu raakte ik geïrriteerd, door de grote groep aandachtsâ€‘trekkers die er rondliep. Een snor, én een tepelpiercing én in een jurk én op plateauzolen én nog een halve pruik op. Prima als het echt is, maar het was aanstelleritis: kijk mij wat ik allemaal durf te doen in de mode. Precies zoals ik het tegenkwam in dat televisieprogramma. Een paradijsvogel staat voor zichzelf. Wat ze draagt, is zij. Een wezenlijk verschil met: ik zal jullie eens laten zien hoe speciaal ik mezelf vind. Bloody irritant vind ik het. En nogmaals, er zitten natuurlijk ook waanzinnige talenten tussen. Ik heb ook één jongen uit die Net5-serie gepikt. Hij kan het, heeft een paar prachtige jurken voor mij gemaakt. Ik probeer jonge ontwerpers altijd te helpen als ik ze goed vind. Mensen hebben mij ook binnengelaten vroeger."

**Uw ego is ook niet klein toch.**

"Nee joh, tuurlijk niet. dat wilde ik net zeggen: kijk wie het zegt. Zeker toen ik begon. Maar de kern is anders. Bij mij was het: kijk wat ik kan maken. De kern is nu het ego zelf. Kijk hoeveel volgers ik heb. Ik zag laatst iemand in een discobal opkomen. Dat is gewoon een rip-off van wat we in de jaren negentig zagen bij Viktor & Rolf. En alles uitvergroten bij gebrek aan fantasie. Dus de hoed is niet zo, maar zoooooo, de broekspijpen zijn letterlijk een halve meter wijd en de hakken een halve meter hoog. Is dat vernieuwend? Nee, het is alleen maar bedoeld om aandacht te trekken. Er zit geen idee achter en daarom is het dus doodsaai."

"Zes jaar geleden zag ik in Londen de overzichtstentoonstelling van Christian Dior. Het was zo'n droomwereld. Zo fantastisch. Ambacht, ambacht, ambacht, en met weergaloze klasse en stijl. Ik liep naar buiten en dacht: waarom ben ik nou zo neerslachtig? Ik wist het meteen. Die tijd is voorbij. Het is een prachtige droomwereld die niet meer bestaat. Dat was de aanzet tot het stoppen met haute couture."

**Heeft dat u bevrijd?**

"Het heeft me veel ruimte gegeven, ja. Meer tijd voor mijn artwork dat toen al een paar jaar groots gaande was. Kom, we lopen even naar mijn atelier, dat is vijftig meter verderop. Ik ben daar vaak 's morgens vroeg aan het werk. Vanochtend al om tien over zes. Niemand van hiernaast mag zomaar binnenkomen. Als ik nodig ben moeten ze me appen."

Even later staan we tussen de koppen. Tientallen. Groot, piepklein, op doeken, op sokkels, op houten planken. "Als kind al tekende ik vooral koppen. Daarbinnen ga ik alle kanten op. Ik doe aan strandjutten voor wat ik hier maak. Alles wat ik vind verwerk ik in reliëfs. Een verpakking van een geurkaars. Koffie- en theeresten uit het Soho House. Stukjes van aanplakbiljetten. Amsterdams autoglas. Op de Veluwe maak ik nu vooral extreem grote werken, zit ik tot aan mijn oksels in de olieverf."

"Het is een contrast met de subtiliteiten van couture waar het nog steeds over de fijnste zijde en het soepelste suède gaat. Als kunstenaar ben ik onafhankelijker dan als ontwerper. Ik heb er geen agenda voor. Ik hoef in mijn atelier met niemand rekening te houden; ik kan echt doen wat ik wil. Vorig jaar had ik een overzichtstentoonstelling in museum Beelden aan Zee, in Den Haag. Tweehonderddertig stukken. Ik keek ernaar en dacht: dit is waar ik ben uitgekomen."

**Was het ook een redding in dat lastige jaar?**

"Te midden van alle frustraties kon ik godzijdank altijd naar mijn atelier. Dat hielp, ja. Ik heb momenten gehad dat ik binnenstapte en niet wist wat ik er ging doen. Maar dan zag ik een stukje papier, dat knipte ik doormidden en dan ging het weer. Goud waard. Kunst geeft houvast in een periode van verandering."

6 november gaat Mart Visser in première in DeLaMar, 15 en 16 november is de documentaire te zien in Vissers kantoor aan de Luchtvaartstraat. Meer info: martvisser.nl

Mart Visser

10 juli 1968, Sleeuwijk

1988-1992

Modeacademie Charles Montaigne, assistent van de Amsterdamse couturier Frans Molenaar

1992-1993

Stage bij ontwerpers Anne Klein en Koos van den Akker in New York

1993

Eerste show van eigen hautecouturecollectie (daarna tweejaarlijks een show tot de laatste in 2019)

2003-heden

Ontwerpt kledingcollecties prêt-à-porter; schoenen, tassen en brillen; bedrijfskleding voor onder meer KLM, Koninklijke Luchtmacht, de Douane en het Koninklijk Concertgebouw

2014

Overzichtstentoonstelling kunstwerken in combinatie met haute couture in museum JAN in Amstelveen

2018

Lancering gordijnen-, vloerkleden- en parketlijn

2022

Overzichtstentoonstelling in Museum Beelden aan Zee in Scheveningen

2023

Documentaire Mart Visser

Mart Visser woont met zijn man Job en hun hond Ickx afwisselend in Amsterdam-Zuid en op de Veluwe.

'Er verdwijnen hier geen kleren in vuil-containers'

'Ik zag een boel private jets, maar steeds vaker bekroop me de vraag wie ikzelf was'

'Dat je denkt: ik haal even een plekje weg. Doodeng'

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 12, pagina 12, pagina 12, pagina 13, pagina 13, pagina 14, pagina 14, pagina 15, pagina 15, pagina 16, pagina 16, pagina 17, pagina 17, pagina 18, pagina 18, pagina 19, pagina 19

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Turend over zee kon ik weer in mezelf landen**

Trouw

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Tijdgeest; Blz. 24, 25, 26, 27, 28, 29

**Length:** 1669 words

**Byline:** DANA PLOEGER

**Highlight:** Scenarist Esther Duysker (38) maakte een stormachtig jaar door. Haar toneelstuk The Story of Travis werd geprezen, maar zelf raakte ze opgebrand. Sinds kort zit ze weer achter haar schrijftafel. 'Ik hoor mezelf weer in het grote tumult waarin we leven.'tekst Dana Ploeger foto's Patrick Post

**Body**

de zintuigen van Esther Duysker

**ZIEN**

**Tuur uren over zee**

"Dit jaar verliep compleet anders dan ik gewend was. Normaal is mijn leven dynamisch, druk, vol, met veel werk en afspraken - ook sociaal. Maar al die prikkels en indrukken werden me te veel, ik kon mijn eigen ervaringen niet meer verwerken. Ik vermoed, nu terugkijkend, dat mijn burn-out zo'n jaar of twee geleden begon.

De repetities van The Story of Travis, het theaterstuk dat ik had geschreven, waren in volle gang. Ik was alleen maar moe, kon niet meer helder nadenken en raakte verstrikt in negatieve denkspiralen. Mijn agent en mijn huisarts adviseerden me om twee maanden vrij te nemen. Van alleen maar thuiszitten werd ik letterlijk gillend gek. Ik vond mezelf zo'n verschrikkelijk mens, ik wilde vooral weg.

Toen mijn lieve neef me uitnodigde om drie weken mee te varen op het cruiseschip waar hij werkt, dacht ik: ik zie wel wat het me brengt. Na heel veel slapen en goed eten, keek ik vooral om me heen. Aan de voorkant van dat schip, uren voor me uit turend met een verrekijker, zag ik langzaam weer wie ik was.

Kijkend naar al die verschillende tinten blauw van de Atlantische Oceaan voelde ik zoveel rust. Het totale gebrek aan prikkels zorgde ervoor dat ik kon landen in mezelf. Dat gaf een zacht gevoel, alsof je roerloos in een hangmat ligt. Beetje bij beetje kwamen er weer positieve gedachten en inspiraties."

**VOELEN**

**In het zachte pluche van de bioscoopstoel kon ik huilen**

"Soms was ik bang dat ik de connectie met mijn gevoel voorgoed zou kwijtraken. Wat dan helpt is om in de ochtenduren naar de bioscoop te gaan. Daar krijg je een heel leven gepresenteerd, waarbij je van alles kan voelen zonder enige inspanning. In die lege zaal liet ik al mijn emoties stromen. Zittend in dat zachte pluche kon ik huilen, lachen of boos worden. Daarna stapte ik geïnspireerd en levenslustig naar buiten - getroost dat ik dat nog in me had.

Toch heb ik niet het idee dat ik er al ben, soms ligt er nog een waas over me heen, waardoor ik niet helemaal kan connecten met de mensen om me heen. Dat vind ik heel erg.

Ik heb een enorme familie met wel 28 neven en nichten. Vroeger als kind bezochten we alle zondagen mijn oma in Amsterdam Zuidoost; geweldige middagen met veel gekkigheid en plezier. Ook bij mijn ouders verbleven altijd veel mensen. Wij woonden in de polder en alle zomers kwamen familieleden een centje bijverdienen in de bollenstreek.

Ik genoot van alles en iedereen, ik was onbevangen en avontuurlijk. Soms denk ik: kon ik maar terug naar dat meisje dat altijd blij, grappig én ook gevoelig was. Maar toen overleed mijn moeder, ik was net achttien jaar. Jezelf als puber met een ernstig zieke moeder stevig uitspreken, is best moeilijk. Daar was geen ruimte voor. Tijdens haar ziekbed en na haar dood was het vol en druk, de zeven zussen van mijn vader kwamen heel lief voor ons zorgen. Zo zijn we opgevoed, je zorgt voor elkaar.

Ik voelde me vanzelfsprekend verantwoordelijk voor mijn twee zusjes. Destijds had ik daar helemaal geen last van, maar als ik daar nu op terugkijk was het ook lastig. Voor mijn zussen én voor mezelf. In die periode ontstond er een innerlijk gevecht dat eigenlijk nu pas naar buiten komt. Dus ben ik deze periode steeds op zoek naar: hoe kan ik ruimte innemen? Waar zijn mijn eigen grenzen? Wat is mijn eigen stem? Dat is best ingewikkeld."

**PROEVEN**

**Fascinaties moet je verteren**

"Na de opleiding Writing for Performance werd ik gelijk gevraagd een hoorspel te schrijven, daarna volgde een toneelstuk, een kinderboek en toen een speelfilm. Ik rol vaak van het een in het ander. Nog steeds ben ik aan het zoeken, snuffelen en proeven, dat onderzoekende past bij me. Net als het anonieme en solitaire werk als schrijver. In mijn schrijfkamer, mijn hol, klopt alles.

Bij het schrijven zet ik alle zintuigen in; vooral voelen is dan belangrijk: een personage moet echt tot leven komen. Ik probeer me te verplaatsen in allerlei perspectieven; voor mij is iedere waarheid waar. Als ik aanga op een onderwerp kauw ik daar eerst een tijdje op. Als ik het heb opgegeten en verteerd, dan zit mijn fascinatie verwerkt in een dialoog of een personage.

De mens en de schrijver zijn uiteraard onlosmakelijk met elkaar verbonden. Dat mijn werk enthousiast wordt ontvangen, is natuurlijk ontzettend fijn. Maar zodra mijn scripts of toneelstukken de wereld in gaan en mensen koppelen mijn werk direct aan mij als persoon, voelt dat raar en ongemakkelijk. Ik wil namelijk niet de stem worden van één bepaalde mening of visie. Ik vind veel van alles, voel veel bij alles en wil niet de vrouw zijn die alleen maar de stem is van zwarte vrouwen bijvoorbeeld. Of de schrijver die altijd met de dood bezig is. Ik ben geloof ik meer dan dat."

**RUIKEN**

**De geur van Suriname raakt mijn ziel**

"Ik had ooit gehoord: als je voor het eerst in Suriname aankomt krijg je een klap in je gezicht. Zo van: waar ben jij zolang geweest? Dat was exact wat er gebeurde toen ik in 2018 voor het eerst van mijn leven het vliegtuig uitstapte in Paramaribo. Die geur van vochtig hout, natte aarde en droge geur van de zon kende ik niet. Mijn haren stonden recht overeind, mijn poriën gingen open en ik werd heel emotioneel. Dat was niet alleen een lichamelijke, maar vooral een zielsherinnering. Een unieke ervaring.

Ik voelde me daar zo volledig, ook toen landde ik in mezelf. Ik besefte dat ik voor het eerst op de geboortegrond van mijn ouders stond - toen nog een kolonie - en dat ik weinig van dat deel van hen afwist. En dat er meer dingen in mijn leven waren, die nog niet aangeboord of aangeraakt waren.

Mijn moeder kon ik natuurlijk niets meer vragen, maar ik had nog wel wat uit te zoeken over mijn ouders en hun opgroeien. Na haar dood hebben we als gezin >> >> te weinig tijd genomen om met elkaar te rouwen. Mijn vader focuste op de toekomst, terwijl het verleden voor mij net zo belangrijk was. Dat had een dekentje nodig, en een kruik. Je verleden vormt je, dat moet aandacht krijgen en aangeraakt worden. Ik ben daarna gesprekken gaan voeren met mijn zussen en mijn vader, dat was heel helend."

**INTUÏTIE**

**Eerbiedig je voorouders**

"De mensen voor mij, mijn voorouders, zitten in mij. Zij verdienen veel respect en eerbied. Ik leid mijn bestaan dankzij al deze mensen. Ik ben dan ook blij dat een oudoom onderzoek heeft gedaan naar de achtergrond van mijn familie. Ik heb nu thuis een foto van mijn betovergrootmoeder staan, Francina Eliza Lamur heette zij, zij werd in slavernij geboren. Met haar voel ik me verbonden. Die foto is het meest tastbare, concrete bewijs dat mij herinnert waarom ik hier ben en wat mijn weg is.

Op oudjaarsavond doen we in mijn familie altijd een wassing, dan maken we een zoet waterbad waar onder meer oliën en alcoholische dranken in gaan. Dan eren en danken we onze voorouders, die zorg dragen voor ons. Die wereld is voor mij net zo normaal en echt als het aardse leven. Zij kunnen ons veel vertellen over hoe we dingen anders kunnen aanpakken.

Iets wat ik niet altijd prettig vind, maar wel ervaar is dat ik soms spirits kan voelen. Een tijdje geleden sliep ik super slecht en droomde steeds over mannenvoeten naast mijn bed. Vlak daarvoor was mijn ontzettend leuke onderbuurman Cas overleden. Hij was oud en klaar met het leven en samen hebben we nog enorm gelachen over wie er na zijn dood in zijn woning zou intrekken.

Toch maakten die onrustige nachten me ook bang. Ik heb toen met iemand een ritueel gedaan en die entiteit gevraagd weg te gaan. Dat gebeurde ook. Later realiseerde ik me dat dit waarschijnlijk die lieve Cas was, die het bij ons gewoon gezelliger vond dan midden in de verbouwing van het huis waar hij vijftig jaar had gewoond. Die spirituele wereld is net zo goed onderdeel van mij. Door hiermee bezig te zijn, kan ik nog beter contact maken met wie ik ben, waar ik vandaan kom en waar ik de komende tijd mee bezig ga."

**HOREN**

**Een dorre wereld vraagt troost**

"Tot mijn burn-out dacht ik dat ik als vanzelf bepaalde thema's zelf verwerkte door ze te verweven in toneelstukken of films. Nu weet ik dat het zo niet werkt. Ik moet die berg aan emoties en ervaringen ook doorvoelen, dat is nieuw voor me. Maar ik hoor mezelf wel steeds beter in dit soms overweldigende alles.

Dat betekent dat ik de dood als thema nog niet loslaat. Door daarmee bezig te zijn, maak je namelijk tastbaar dat het zin heeft als mensen sterven, omdat je voelt dat je zoveel hebt geleerd van die persoon en dat die connectie niet verdwijnt als iemand er fysiek niet meer is. Inmiddels werk ik aan een voorstelling over doodsangst, Panic Room met Abke Haring en Jacob Derwig, die in het voorjaar uitkomt bij Theater Utrecht.

Als ik werkelijk mijn visie op de wereld zou geven, weet ik eigenlijk niet zo goed wat ik hier doe. Ik vind de wereld namelijk heel dor en lelijk. Vooral hoe we met elkaar omgaan, daar kan ik met mijn hoofd en hart soms niet bij. Deze wereld kan wel wat troost gebruiken: die wil ik graag bieden met mijn werk. Ik ontken niet alle negatieve shit, maar laat zien dat er nog steeds mensen zijn die elkaar troosten, elkaar aanraken of inspireren. Nu ik steeds meer uit deze burn-out krabbel en weer een stukje van mezelf ontgonnen heb, ben ik nieuwsgierig naar welke verhaallijnen ik binnen dit Troost-rijk de komende tijd ga vinden." <<

Over de scenarist

Esther Duysker (Amstelveen, 1985) is schrijver en film- en toneelscenarist. Ze studeerde Writing for Performance aan de Hogeschool voor de Kunsten in Utrecht en haar debuutfilm Dag werd in 2011 geselecteerd in de Gouden Kalf Competitie. In 2017 werd ze genomineerd voor de Black Achievement Award stimuleringsprijs. Met regisseur Eché Janga schreef ze de speelfilm Buladó (Gouden Kalf voor Beste Film, 2020).

Dit jaar kreeg ze lovende kritieken voor The Story of Travis. In april 2024 is Panic Room te zien bij Theater Utrecht, met acteurs Abke Haring en Jacob Derwig.

Je verleden vormt je, dat moet aangeraakt worden

Ik vind veel van alles, voel veel bij alles

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 24, pagina 25, pagina 26, pagina 27, pagina 28, pagina 29

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Seepje allesreiniger; getest**

De Telegraaf

28 oktober 2023 zaterdag

Nederland

Copyright 2023 Mediahuis Nederland BV All Rights Reserved



**Section:** LIFESTYLE; Blz. 19

**Length:** 192 words

**Body**

getest

Op een pleziervaartuig wordt toiletwater altijd opgevangen, maar overig afvalwater (grijs water) komt soms in het milieu terecht. Daarom kan het bij de schoonmaak geen kwaad om natuurlijke, goed afbreekbare schoonmaakmiddelen te gebruiken.

Bijvoorbeeld de allesreiniger 'Zon op je bol' van Seepje (€3,99). Deze flinke fles is gemaakt van de schil van de Sapindus mukorossi-vrucht. De geur is apart: ik denk Marseillezeep met oranjebloesem te ruiken, maar het doet me ook een beetje aan het ziekenhuis denken. Niet vies, wel vreemd.

Deze allesreiniger doet het heel goed, zowel onverdund als in een sopje. Probleemloos verdwijnen opgedroogde vlekken van ketchup, eigeel en vet van laminaat en het droogt zonder strepen op. Goedkoop is Seepje niet, maar de prijs wordt verklaard op het etiket. Seepje investeert in betere leef- en werkomstandigheden voor de schillenboeren.

Sympathiek dat dit het enige schoonmaakmiddel in het schap is met een volledige en duidelijke uitleg van de ingrediënten. De fles is 97% gerecycled en de wikkel kan gescheiden bij het oud papier. Jammer dat er (nog) geen navulling verkrijgbaar is.

PDF-bestand van dit document

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Overleden man (53) aangetroffen bij scootmobiel in het water in Geldrop**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 03:52 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 171 words

**Byline:** Nikita Boon, Romee van der Heijden

**Body**

GELDROP - Het lichaam van een 53-jarige man uit Geldrop is aangetroffen in een sloot langs het Queensvenpad in Geldrop. Het gaat om de bestuurder van een scootmobiel die zaterdagmiddag te water raakte. De politie gaat niet uit van een misdrijf.

Dat bevestigt een woordvoerder van de politie. Hulpdiensten rukten rond 16.50 uur massaal uit. Meerdere ambulances, politie en brandweer. Er werd ook een traumahelikopter opgeroepen.

De man is door de brandweer uit het water gehaald, maar reanimatie mocht niet meer baten. De politie was ter plaatse en heeft onderzoek gedaan naar de toedracht. Het gebied rondom het water was afgezet. Veel omwonenden waren afgekomen op de sirenes en naar het Queensven gekomen.

‘Dieper dan je denkt’

Het Queensven is een gebied waar veel mensen fietsen, wandelen of de hond uitlaten. Het ligt pal tegenover een appartementencomplex. Volgens een buurtbewoner staat het water in de sloot hoger dan de meest mensen denken: ,,Ik denk dat het zeker tot aan mijn knieën komt.” De sloot ligt bij een fietspad.

**Load-Date:** October 30, 2023

**End of Document**



**Redactioneel**

de Volkskrant

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Magazine; Blz. 4

**Length:** 188 words

**Byline:** AIMÉE KIENE

**Body**

Op Instagram kwam ineens een filmpje voorbij van een piepjonge Daniël Boissevain, met zijn haar in stekels recht overeind, die naar een ouderwetse blauwe stadsbus wijst en zegt: 'Dit is dus dé bus, de luchtbus, daar hebben we een hele reis mee gemaakt, naar India.' Denk het zware Amsterdamse accent er zelf even bij, en de licht gegeneerde proestlach aan het einde van het filmpje. Het is een fragment uit de VPRO-documentaire Terug naar Ruigoord uit 1985 en het is een van de momenten waarop Boissevain (acteur) terugblikt op zijn jeugd als hippiekind in Ruigoord, de kunstenaarskolonie vlak bij Amsterdam. In dit Volkskrant Magazine doet hij dat weer, nu naar aanleiding van een openhartig boek dat hij schreef over zijn opmerkelijke en chaotische jeugd. En ja, het gaat ook nog over die bus waarmee hij als 9-jarig jongetje naar India reed met zijn moeder en stiefvader, onderweg geld verdienend als rondreizend theatergezelschap. Hij kijkt daar vooral verwonderd op terug, niet bitter. Robin de Puy maakte de mooie foto's bij het interview in (hoe kan het ook anders) een oude stadbus.

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 4

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**ED-lezers zien weinig in referendum: ‘Wij zijn daar niet slim genoeg voor’**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 12:30 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 718 words

**Byline:** Daphne Broers

**Body**

De invoering van een bindend referendum is dichterbij dan ooit. Via zo’n referendum mogen Nederlanders een oordeel vellen over een wet die is aangenomen, maar nog niet is ingevoerd. In de Kwestie van de Week vroegen we lezers of ze dat zien zitten.

Het referendum zal in toekomst een soort noodrem worden, waarmee inwoners het laatste woord krijgen over een nieuwe wet. Het voorstel van de SP kreeg onlangs de handen op elkaar in de Eerste Kamer en eerder was ook een meerderheid vóór in de Tweede Kamer.

Tijd om te juichen? Nee, nog niet. Omdat er een wijziging van de grondwet voor nodig is, moeten zowel de Eerste als de Tweede Kamer zich er nóg een keer over uitspreken.

Voor de nieuwe beslisronde van start gaat, vroegen we ED-lezers de afgelopen week of ze staan te springen om zo'n referendum.

867 lezers namen de moeite om deel te nemen aan ons eigen online ‘referendum’, 22 mensen deden daar nog een schepje bovenop en stuurden een uitgebreide toelichting. Wat een meerderheid van deze mensen betreft is het bindend referendum géén goed nieuws voor de democratie.

De gemiddelde Nederlander denkt vooral aan zichzelf

59 procent ziet er geen heil in omdat ze vinden dat de gemiddelde Nederlander niet kan beslissen vanuit het algemeen belang, omdat hij of zij het eerst aan zichzelf denkt. Daarnaast denken veel lezers dat de uitslag meer een proteststem zal zijn tegen de zittende politici dan dat het een afgewogen oordeel is over de wet waar het om draait.

41 procent vindt het referendum juist wél een goede zaak. 29 procent van de groep schaart zich achter de stelling dat burgers nu ‘eindelijk een grotere verantwoordelijkheid krijgen om mee te beslissen'. 12 procent meent dat mensen erdoor worden aangemoedigd om zich beter te verdiepen in wetten en politiek.

Onder de voorstanders bevindt zich C.H.J. Ven. Hij wijst naar Zwitserland als een voorbeeld waar het referendum een groot succes is. ‘Kabinetten vallen nooit en de bevolking is over het algemeen zeer tevreden over het stelsel. Waarom kan dat hier dan niet? Natuurlijk wel!’

Rekening bij de burger

Eus van Rooij heeft in tegenstelling tot de tegenstanders meer vertrouwen in manier waarop Nederlanders zich zullen gaan verdiepen in de inhoud. ‘Referenda gaan over ingrijpende wijzigingen voor de bevolking. Referenda worden omgeven door informatie daarover. Er wordt veel over gepraat door het volk. Mensen weten echt wel waarover het gaat. Doen dus!’

Ook Henk van de Kerkhof is enthousiast, ondanks wat mitsen en maren. ‘Wat mij betreft mag het referendum er komen. Wel met de nodige randvoorwaarden zoals voorlichting, opkomst en stemverhouding voor het wel of niet doorgaan van het voorstel.’ Van C. de Bondt mag het morgen al worden ingevoerd. ‘Veel beslissingen die nu worden genomen zijn niet goed doordacht en/of doorberekend waardoor na invoering blijkt dat er vele miljarden extra nodig zijn om het plan te realiseren. En de rekening komt altijd bij de burger terecht. Vaak is de oorzaak onwetendheid/onkunde van de opsteller van het voorstel.’

Oppervlakkig

In team tegenstanders stelt M. Heuvel dat wat hem betreft de gemiddelde Nederlander‘te oppervlakkig’ is. ‘Die verdiept zich niet in de materie maar laat zich leiden door sociale media.’ Veel lezers twijfelen aan de slimheid van onze inwoners.

Paul Beekhuis heeft zware bedenkingen. ‘Een referendum veronderstelt dat elke burger goed geïnformeerd en betrokken is en een afgewogen beslissing kan maken. Dit is gewoonweg onmogelijk. In plaats hiervan zien we dat referenda worden gekaapt door rechts-populisten die de mensen opstoken om vooral nee te stemmen, en gaat het totaal niet over de inhoud. Daarmee is al menig referendum verworden tot een proteststem tegen de zittende politici. Vaak met rampzalige gevolgen. Laten we, in plaats van referenda te houden, proberen de kloof tussen de burger en de politiek te dichten. Dan is er minder voedingsbodem voor proteststemmen, en kunnen de politici op een juiste manier alle belangen meewegen in belangrijke beslissingen.’

Dirk van Tellingen ziet tenslotte veel beren op de weg. ‘Waar kan ik als burger objectieve informatie vinden? Die begrijpelijk is voor alle burgers? En wie ziet er op toe dat de informatie die bij dat referendum wordt verspreid echt eerlijk is Ik ben dus niet blij met de invoering van een bindend referendum.’

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Auger-Aliassime opnieuw naar eindstrijd in Basel; Sport Kort: Martin wint opnieuw sprintrace in MotoGP, goede kwalificatie Veijer**

De Telegraaf.nl

28 oktober 2023 zaterdag 5:55 PM GMT

Copyright 2023 Mediahuis Nederland BV All Rights Reserved



**Section:** TELESPORT; FRONTPAGE

**Length:** 1930 words

**Byline:** onze Telesportredactie

**Dateline:** AMSTERDAM

**Body**

In de rubriek Sport Kort besteedt Telesport aandacht aan het dagelijkse nieuws. Deze rubriek wordt gedurende de dag continu ververst met het laatste nieuws.

Blijf zo altijd op de hoogte van al het sportnieuws. Voor het voetbal-, tennis-, schaats-, autosport-, wieler- en dartnieuws hebben we op onze website speciale pagina’s ingericht, waarop de belangrijkste zaken in deze sporten te vinden zijn.

Dick Jaspers wint World Cup in Veghel met overmacht

20.16 uur: Met overmacht heeft Dick Jaspers het wereldbekertoernooi driebanden in Veghel op zijn naam geschreven. Hij won de finale met ruime cijfers en formidabel spel met 50-22 in slechts 12 beurten van de Duitser Martin Horn.

Jaspers vestigde ook nog een nieuw record, want het is de eerste keer dat een speler een finale over 50 punten in 12 beurten weet te winnen met een gemiddelde van 4.1666 punt per beurt. Het is zijn 28e overwinning van een World Cup-toernooi in zijn inmiddels imposante biljartcarrière en de 50e keer dat hij in een finale van een World Cup speelde. De Zeeuw Jean Paul de Bruijn wist samen met de Belg Eddy Merckx beslag te leggen op de 3e plaats.

Jaspers kreeg naast een fraaie bokaal ook een cheque van 16.000 euro. Dankzij deze overwinning blijft de Brabander op de wereldranglijst vrijwel zeker met 348 punten op de 4e plaats staan. De nieuwe nummer 1 van de wereldranglijst is de jonge Zuid-Koreaan Myung Woo Cho geworden, die Marco Zanetti - na amper twee maanden - van zijn troon heeft gestoten en nu de ranglijst aanvoert. De Noord-Hollander Sam van Etten werd uitgeroepen tot meest waardevolle speler van de World Cup in Veghel en kreeg 500 euro als aanmoedigingsprijs. De organisatie in Veghel maakte tevens bekend dat aan de wereldbiljartbond is gevraagd om in 2026 het wereldkampioenschap driebanden in Nederland te mogen organiseren.

Auger-Aliassime weer naar finale in Basel

19.54 uur: Félix Auger-Aliassime staat opnieuw in de finale van het toernooi van Basel. De titelverdediger uit Canada klopte de Deen Holger Rune in de halve eindstrijd: 6-3 6-2. Hubert Hurkacz is zondag de tegenstander van Auger-Aliassime. De Pool was in drie sets te sterk voor de Fransman Ugo Humbert: 6-4, 3-6, 7-6 (5).

Auger-Aliassime schakelde Botic van de Zandschulp uit in de tweede ronde van het toernooi in de Zwitserse stad. Hurkacz belemmerde Tallon Griekspoor de toegang tot de halve finales.

Iserbyt troeft Van der Haar af in Superprestige Ruddervoorde

16.52 uur: Veldrijder Lars van der Haar heeft zich in de Superprestige van Ruddervoorde laten aftroeven door de Belg Eli Iserbyt. De Nederlands kampioen streed lang mee om de zege in de zware cross en ging als koploper de laatste ronde in, maar Iserbyt kwam in de slotronde alsnog voorbij.

Iserbyt vierde al zijn vierde overwinning op rij in Ruddervoorde. Het was ook zijn tweede zege in de Superprestige van dit seizoen, want de renner van Pauwel Sauzen-Bingoal won ook de eerste uit de reeks in Overijse. Daar eindigde Van der Haar als derde.

Van der Haar kwam laat op gang in de wedstrijd, waarin vooral Iserbyt en Michael Vanthourenhout het tempo bepaalden. De Nederlander sleurde in de tweede helft van de race een paar keer op kop, maar hij kwam niet weg. In de achtste van de negen ronden sloeg Van der Haar wel een klein gaatje, maar het was niet groot genoeg om Iserbyt van zich af te houden. Hij bleef wel Vanthourenhout voor, die als derde eindigde.

Medvedev kan titel verdedigen in finale Wenen

16.27 uur: Daniil Medvedev heeft de finale van het tennistoernooi van Wenen bereikt. De titelverdediger uit Rusland versloeg de Griek Stefanos Tsitsipas: 6-4 7-6 (6). Hij stuit zondag in de eindstrijd op zijn landgenoot Andrey Roeblev of de Italiaan Jannik Sinner.

De 27-jarige Medvedev speelt zondag zijn 36e finale van een ATP-toernooi. Hij won twintig titels. De Rus was dit jaar de beste in Rotterdam, Doha, Dubai, Miami en Rome.

Gut-Behrami wint eerste wereldbekerwedstrijd

15.28 uur: De Zwitserse Lara Gut-Behrami heeft in het Oostenrijkse Sölden de eerste wereldbekerwedstrijd van het seizoen gewonnen. Ze won op de helling van de Rettenbach de reuzenslalom. In de eerste run noteerde Gut-Behrami nog de vierde tijd, maar door een razendsnelle tweede manche eindigde ze met beste tijd bovenaan. Ze boekte haar 38e wereldbekerzege in haar carrière.

De Italiaanse Federica Brignone, de snelste in de eerste run, eindigde met een achterstand van 0,02 seconde als tweede. De Slowaakse Petra Vlhova werd derde. De Zweedse olympisch kampioene Sara Hector zette na de twee heats de vierde tijd op de klok.

De Amerikaanse vedette Mikaela Shiffrin, wereldkampioene op de reuzenslalom en vijfvoudig winnares van de algemene wereldbeker, moest zich tevreden stellen met de zesde plaats.

Alvarado sleept tweede veldrit Superprestige in de wacht

15.27 uur: Ceylin del Carmen Alvarado heeft in het Belgische Ruddervoorde de tweede veldrit van de Superprestige gewonnen. De 25-jarige Nederlandse renster van Alpecin-Deceuninck reed halverwege de wedstrijd weg en kwam solo over de finish. Annemarie Worst eindigde als tweede voor Marion Norbert Riberolle uit Frankrijk.

Door haar zege is Del Carmen Alvarado de nieuwe leidster in de tussenstand. Ze heeft 3 punten voorsprong op Worst.

Finale WTA Trophy tussen tennissters Haddad Maia en Zheng

14.48 uur: De finale van de WTA Elite Trophy gaat tussen de Braziliaanse Beatriz Haddad Maia en de Chinese Qinwen Zheng. In het Chinese Zhuhai was de als achtste geplaatste Haddad Maia in de halve eindstrijd met 6-4 6-1 te sterk voor de Russische Daria Kasatkina. Voor eigen publiek ontdeed de 21-jarige Zheng zich in de andere halve finale met 7-5 4-6 6-1 van haar landgenote Lin Zhu.

Haddad Maia staat voor de vijfde keer in een finale op de WTA Tour. Ze pakte vorig jaar de titels in Nottingham en Birmingham. De als zevende gerangschikte Zheng bereikte haar vierde finale. Ze was eerder deze maand succesvol bij het toernooi in Zhengzhou en veroverde in juli de titel in Palermo.

Bij de WTA Elite Trophy komen de speelsters in actie die zich net niet konden kwalificeren voor de WTA Finals, die volgende week op het programma staan.

Bayern München wil controverse à la Mazraoui voorkomen

13.41 uur: Bayern München wil geen herhaling van de controverse met oud-Ajacied Noussair Mazraoui. Dat heeft voorzitter Herbert Hainer zaterdag gezegd. De verdediger van de Duitse club postte half oktober een steunbetuiging aan de Palestijnen op sociale media. "Zoiets mag niet nog een keer gebeuren", zegt Hainer in de Duitse media. "Het is ook duidelijk dat we dan als club de juiste conclusies moeten en zullen trekken."

Bayern München heeft Mazraoui nu niet bestraft. Hij heeft tegenover de club zijn spijt betuigd. Ook heeft hij na het Champions League-duel met Galatasaray een gesprek gehad met zijn Israëlische teamgenoot Daniel Peretz. "Het was een goed en open gesprek. We zijn samen gaan zitten. Daniel en Nous begrijpen elkaar. Dat is een belangrijk signaal", stelt Hainer.

Mazraoui had op sociale media een video geplaatst waarin hij de Palestijnen een overwinning wenst in het conflict met Israël. Maar later stelde hij dat hij voor wereldvrede is en tegen elke vorm van terrorisme en haat.

Sabalenka treft Rybakina in WTA Finals

12.28 uur: De Wit-Russsische tennisster Aryna Sabalenka moet het bij de WTA-finales in het Mexicaanse Cancun in de groepswedstrijden opnemen tegen de Kazakse Elena Rybakina. De twee stonden begin dit jaar tegenover elkaar in de finale van de Australian Open, die Sabalenka won. In Indian Wells en Beijing troffen de twee elkaar dit jaar ook. Toen was Rybakina de beste. De Amerikaanse Jessica Pegula en Maria Sakkari uit Griekenland zijn de andere tegenstandsters in de poule. Sabalenka begint als nummer 1 van de wereld aan het toernooi met de beste achtste speelster van dit jaar.

De Poolse Iga Swiatek, die tweede staat op de mondiale lijst, krijgt de Amerikaanse Coco Gauff, Ons Jabeur uit Tunesië en de Tsjechische Marketa Vondrousova als opponenten. Swiatek maakte eerder deze maand in Beijing een einde aan de zegereeks van US Open-kampioene Gauff, die zestien keer op rij won.

Demi Schuurs heeft zich gekwalificeerd voor het dubbelspel. Met haar Amerikaanse partner Desirae Krawczyk speelt de Nederlandse in de groepswedstrijden tegen de koppels Storm Hunter/Elise Mertens, Shuko Aoyama/Ena Shibahara en Nicole Melichar-Martinez/Ellen Perez.

Motorcoureur Martin wint opnieuw sprintrace in MotoGP

11.27 uur: De Spaanse motorcoureur Jorge Martin heeft bij de Grote Prijs van Thailand voor de zevende keer de sprintrace in de MotoGP gewonnen. De rijder van Pramac-Ducati eindigde voor de Zuid-Afrikaan Brad Binder en de Italiaan Luca Marini.

Klassementsleider Francesco Bagnaia uit Italië finishte als zevende. Martin heeft door zijn zege in de sprintrace de achterstand op Bagnaia teruggebracht tot 18 punten.

In de Grote Prijs van Indonesië zegevierde Martin eerder deze maand ook al in de sprintrace en nam de koppositie van de regerend wereldkampioen Bagnaia over. Maar tijdens de hoofdrace in Indonesië ging hij in leidende positie onderuit, waarna Bagnaia de winst kon pakken. Vorige week in Australië slaagde Martin er niet in het gat met Bagnaia te dichten.

Martin pakte in Thailand eerder al de poleposition voor de race van zondag voor Marini en zijn landgenoot Alexei Espargaro.

In de Moto2 was Fermin Aldeguer uit Spanje de beste in de kwalificaties. Zonta van den Goorbergh zette de vijftiende tijd neer. Bo Bendsneyder kwam niet door de eerste ronde van de kwalificaties en moet zondag van de 21e plaats vertrekken.

Collin Veijer deed het goed in de kwalificaties van de Moto3. De Nederlander start zondag van de vijfde plek. De Turk Deniz Öncü veroverde poleposition in deze klasse.

Honkballers Texas Rangers winnen eerste duel World Series

08.37 uur: De honkballers van Texas Rangers hebben de eerste wedstrijd van de World Series gewonnen. Het team was in Arlington met 6-5 te sterk voor Arizona Diamondbacks.

In een spannende wedstrijd viel de beslissing pas in de elfde inning. De Diamondbacks gingen tot de negende inning aan de leiding (5-3), maar de Rangers zorgden toen voor de ommekeer. Corey Seager sloeg een homerun en bracht zijn ploeg op gelijke hoogte (5-5). In de elfde inning volgde opnieuw een homerun. Adolis Garcia bezorgde de Rangers hiermee de overwinning. Hij heeft nu in totaal 22 punten in de play-offs gemaakt. Dat is een record in de Amerikaanse competitie MLB.

Beide ploegen kregen een wildcard voor de play-offs en plaatsten zich verrassend voor de World Series. De tweede wedstrijd van de best-of-seven series staat zaterdag (plaatselijke tijd) op het programma.

Demi Schuurs richt blik op Rus voor Spelen van Parijs

07.41 uur: Demi Schuurs hoopt volgend jaar met Arantxa Rus mee te kunnen doen aan de Olympische Spelen van Parijs. In Tokio vormde Schuurs nog een koppel met de inmiddels gestopte Kiki Bertens.

„Het is vrij duidelijk dat als ik wil deelnemen het dan met Rus zal zijn. Zij staat er momenteel goed voor in het enkelspel”, aldus Schuurs. „We hebben het er nog niet heel veel over gehad. Maar ik weet dat zij graag wil en voor mij geldt hetzelfde.”

De 30-jarige Schuurs is momenteel de nummer 19 van de wereld. Bij een plek in de mondiale top 10 is ze verzekerd van plaatsing en mag ze een partner uitkiezen. „Op dit moment gaat het om ons gecombineerde ranking. Momenteel staat zij 52e in het enkelspel. Ik denk dat we het gewoon op ons af moeten laten komen.”

Op de Spelen van Tokio verloren Bertens en Schuurs in de tweede ronde van de Russinnen Veronika Koedermetova en Elena Vesnina.

De Spelen van Parijs worden op de gravelbanen van Roland Garros gespeeld.

**Load-Date:** October 29, 2023

**End of Document**



**Zo word je een veerkrachtiger mens: ‘Je kunt het trainen, als een pees of een spier’**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 03:00 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 2234 words

**Byline:** Lisanne van Sadelhoff >

**Body**

Na de dood van haar moeder vroeg Lisanne van Sadelhoff (33) zich af: hoe is het mogelijk dat een mens na zo’n ingrijpende gebeurtenis weer opstaat. Ze interviewde (ervarings)deskundigen en leerde van hen een paar belangrijke lessen. Het gaat erom dat als je pijn hebt, je erover mediteert, schrijft, leest, praat; dat je het vóélt.

Het was een vastomlijnd plan. Er zou een boek komen. Over veerkracht. Een vervolg op Je bent jong en je rouwt wat, waarin ik de gekte en grilligheid die ik ervoer na de dood van mijn moeder in 2017, wilde normaliseren. De woorden rolden er destijds uit alsof de duivel me op de hielen zat. Daarna ging ik weer over tot de orde van de dag. Leven.

Ik vond mezelf (ik schrijf dit met enig ongemak) best goed geworden in dat leven. De eerste twee moederloze jaren ging ik heel diep; zwart, alles was zo zwart, gód wat miste ik dat mooie mens, maar daarna werd ik gevoelsmatig een steeds betere versie van mezelf – kleurrijk, alles moest kleurrijk. Lang dacht ik: dit komt nooit meer goed. Ik zag mezelf als een veertje, zo eentje dat in je balpen zit, en dat veertje was ingeveerd. Klein geworden. Maar hé. Ik was er weer. Doordat ik de dood van dichtbij had gezien, was ik beter in staat de zin (liefde, lachen, gezondheid) van de onzin (werkakkefietjes, lekke fietsbanden, trage winkelrijen) te onderscheiden. Ik was een tering-naar-de-neringpersoon geworden. Vleesgeworden veerkracht. Maar hoe had ik, dramaqueen pur sang, dat gedaan? En, eigenlijk nog interessanter: hoe staan ánderen op na verlies?

Zonder veerkracht zou je kapper niet meer uit bed komen na de dood van een partner. Zonder veerkracht zou onze premier er na de zoveelste politieke rel de brui aan geven en zonder veerkracht zouden je grootouders misschien geen kinderen hebben gekregen en jij dus niet bestaan. Veerkracht is een eerste levensvoorwaarde. De motor van onze maatschappij. Maar is iedereen even weerbaar? Kan het ‘op’ raken? En, hamvraag van het leven: kun je jezelf veerkrachtiger maken?

Pijn en paniek pasten niet bij die happy happy joy joy-versie die ik van mezelf kende en neerzette

Ik ging op zoek naar antwoorden bij mensen die ervoor hadden geleerd en mensen die ervoor hebben geleden. Tot de eerste groep behoorden een psychiater, een DNA-expert, een bioloog, een ecoloog, een filosoof, een veerkrachthoogleraar, een psycholoog, een traumadeskundige, een liefdes- verdrietonderzoeker. Tot de tweede groep behoorden de mensen die ik als journalist ooit sprak. Jeanne en Bart, de ouders die hun kind bij de MH17-ramp verloren, maar niet hun glimlach. Zahira, de vrouw die meermaals werd verkracht en zichzelf redde door te dansen. Hanno, de ALS-patiënt die in zijn hoofd leerde ontsnappen aan zijn haperende lijf. Anashya, de tiener die slachtoffer werd van het toeslagenschandaal en korte metten maakte met paniekaanvallen. Wiam, de vluchteling die na jaren zijn trauma’s in de bek keek. En Hannah, die geen kinderen kan krijgen maar acceptatie vond.

Het was een vastomlijnd plan. Maar in de periode waarin mijn zoektocht begon, begon er ook iets anders. Liefdesverdriet. Van het kaliber: ik krijg alleen nog maar stracciatella-yoghurt door mijn strot. Niet veel later belandde ik in een hormoontraject om mijn eitjes in te laten vriezen (iets met een onprettig genenfoutje aan mijn moeders zijde). Geregeld dacht ik: dit komt nooit meer goed. Tegelijkertijd schaamde ik me tegenover mijn geïnterviewden, die doorgaans meer te verstouwen hadden dan ik. Maar ik kon het niet helpen: liefdesverdriet en kinderwenspaniek ráásden door mijn met hormonen volgestopte lijf.

Niet aan denken, dacht ik, toen ik aanschoof aan de keukentafel bij Farida Nabibaks. Ik wilde haar spreken over haar intergenerationele trauma: haar worsteling met het slavernijverleden van haar Surinaamse voorouders. ‘Het lijf is er niet alleen om het genot te voelen van eten, van seks, het gaat ook om het ervaren van pijn en verdriet en verschillende lagen daarvan,’ legde zij uit. ‘Het gaat erom dat, als je pijn hebt, je erbij blijft. Dat het bij jou blijft. Dat je erover mediteert, schrijft. Leest. Praat. Vóélt.’ Goh, toevallig: ik was net gestopt met voelen. Want ik was veerkráchtig, toch? Pijn en paniek pasten niet bij die happy happy joy joy-versie die ik van mezelf kende en neerzette. En nu zat ik hier tegenover een vrouw die mij, streng doch zachtaardig, de veerkrachtles las. Ik heb haar geloof ik meewarig aangekeken.

Niet aan denken, dacht ik weer, toen ik voor een volgend hoofdstuk Wiam Al-Zabari sprak. Hij ontvluchtte als dertienjarig jochie Irak en zei: ‘De kortste weg is er dwars doorheen.’ Jajaja. Hóé dan?

Veerkracht is geen eendimensionaal begrip, leerde ik, het is niet plat te slaan. Nergens – sorry, ook niet in mijn boek – staat in beton gegoten hoe je het aanboort. De mate ervan is afhankelijk van (hééft u even): tientallen toevalligheden, karaktereigenschappen, ervaringen, onze genen en jeugd, de mensen om ons heen en andere omgevingsfactoren. En de mate waarin we onze veerkracht moeten aanboren, wordt ook bepaald door wát we precies meemaken (cru en ongenuanceerd gezegd: het ene trauma is het andere niet).

Maar het is helpend om het veerkrachtmechanisme te begrijpen. Marten Scheffer, ecoloog aan de Wageningen University die onderzoek doet naar de veerkracht van zo’n beetje alles (oerwouden, oceanen, financiële markten, ouderen), leerde me dat de meeste mensen een kantelpunt hebben. Wanneer je omvalt of juist de weg up vindt, wordt niet door één ding veroorzaakt. Scheffer sprak over ‘allemaal kleine duwtjes’: je gaat door een moeilijke periode maar blijft toch sporten, voelt je gezonder, gaat beter eten, straalt zelfverzekerdheid uit, ontmoet nieuwe mensen, maakt vrienden. Of: je komt na verlies de deur niet meer uit, beweegt amper, eet slechter, slaapt slechter, gaat nóg minder graag de deur uit, sluit je af van de buitenwereld. Terwijl in die buitenwereld juist troost verkrijgbaar is.

Brein van iemand met een trauma verkeert vaker en langer in de freeze-, fight- of flight-modus dan het brein van ‘gezonde’ hersenen

Verbinding. Nabijheid. Wellicht zweeftermen, maar tevens onze reddingsboeien als ellende met een rotgang ons leven binnen galoppeert. ‘Het gaat onder andere om de veren rondóm ons,’ vertelde Dirk De Wachter me toen ik hem vroeg hoe hij veerkracht omschreef. ‘Veerkracht is altijd een interrelationeel begrip.’ Hij is psychiater des vaderlands in België en auteur van onder meer De kunst van het ongelukkig zijn. Behalve kundig en expert, is hij zelf ook ziek. Darmkanker, behandelingen zijn levensrekkend maar niet levensreddend. De psychiater die zijn hele werkende leven lang andermans veerkracht moest zien te vinden, moet nu die van hemzelf aanwenden. ‘Wij kunnen niet zonder de ander voort. Mensen bij wie het goed gaat denken allemaal dat zij het zelf gedaan hebben, dat is kenmerkend voor onze zelfgenoegzame ikke-ikke-cultuur. Maar als het heel slecht gaat, als men een groot verlies lijdt… Of als men ziek wordt, voilà, zoals ik, dan wordt de ander héél cruciaal. Dat merk ik zelf nu ook.’

Het mooie is: die veren kun je zelf (her)vinden, zo leerde ik van Anne-Laura van Harmelen, hoogleraar Brein, veiligheid en veerkracht bij het Instituut Pedagogische Wetenschappen van de Universiteit Leiden. Tijdens onderzoek naar de effecten van jeugdtrauma op het brein, ontdekte ze dat de structuur in de hersenen van kinderen met een traumatische jeugd anders in elkaar steekt dan dat van kinderen zónder trauma’s. Ze vond bij die eerste groep een hyperactivatie in het stresssysteem: het brein van iemand met een trauma verkeert vaker en langer in de freeze-, fight- of flight-modus dan het brein van ‘gezonde’ hersenen. Dat was wat Van Harmelen ook verkondigde in lezingen. Na afloop kwamen soms mensen naar haar toe: ‘Oké. En is dit het dan? Zijn wij voorgoed verpest door ons trauma?’

‘En dát,’ vertelde ze me (vurige blik), ‘ís dus niet zo. Elk mens is veerkrachtig.’ (Ik denk dat ik opgelucht zuchtte toen ze dat zei.) ‘Kinderen hebben een hechtingspersoon nodig om uiteindelijk veerkrachtig door het leven te kunnen gaan, maar dat kan ook iemand van de opvang zijn, een opa, buurvrouw, een docent. Het is achterhaald dat de moeder het belangrijkst is en dat het ontbreken van een ouder betekent dat het je per definitie slecht zal vergaan. De mensen die je later ontmoet, vrienden, collega’s, liefdes, vervullen ook zo’n belangrijke rol. Supermooi, want het betekent dat je altijd een sociaal netwerk kunt vinden waar je veerkracht uit kan putten.’

Alle mensen die ik sprak hebben samen, zonder elkaar te kennen, een stukje van de puzzel gelegd in mijn boek. Ik heb tientallen omschrijvingen van ‘veerkracht’ gehoord. Zahira Mous, een danseres die meermaals werd verkracht, omschreef het als een begrip dat op drie pilaren leunt: expressie (‘een manier om je te uiten, zoals zingen, koken, autorijden, sporten, schilderen’), een sociaal supportsysteem (weer die ánder, dus) en spiritualiteit. Een moeder die haar dochter verloor noemde veerkracht als ‘lopen in een doolhof’: gewoon door blijven lopen, was haar devies, ‘soms je neus stoten, daar niet bang voor zijn, omdraaien, en weer een andere weg zoeken’. Een tachtigjarige weduwnaar vertelde hoe zijn inwendige gesprekken met God, het verzorgen van zijn plantjes en zijn fietsrondes hem de dagen door hielpen. Bij veel mensen die ik sprak, bespeurde ik een zekere mate van acceptatie. ‘Het is erg dat dit me is overkomen, afschuwelijk dat ik dit heb, klote dat ik diegene ben verloren, maar het ís nu eenmaal zo.’

Het gaat erom voorbij de slachtofferrol kruipen, zonder je ellende te bagatelliseren

Flexibel omgaan met dat wat het leven aandient, zit deels in ons karakter verankerd. Hoe minder neurotisch de mens, hoe makkelijker die het heeft om mee te deinen. Fantasie kan ons helpen: fantasierijke mensen zijn over het algemeen veerkrachtiger omdat ze hoopvoller zijn, zo vertelde Emma Pleeging me, hooponderzoeker aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam. Ze kunnen hun dromen en doelen voor zich zien en dat maakt dat ze licht aan het eind van de tunnel zien, ook al zien ze du moment geen hand voor ogen. ‘Wie hoopt is assertiever, omdat de mogelijkheid dat iets níét gebeurt er ook nog altijd is. Dat zet mensen aan tot actie,’ verklaarde Pleeging.

Ook mensen die goed zijn in ‘cognitieve herwaardering’ zijn over het algemeen veerkrachtiger in moeilijke periodes, weet veerkracht-hoogleraar Van Harmelen. Het betekent zoveel als: inzien dat verdriet je ook iets kan leren, er iets uit halen, voorbij de slachtofferrol kruipen, zonder je ellende te bagatelliseren.

Makkelijker gezegd dan gedaan, maar hé, het is nu eenmaal gezegd door mensen die het al hébben gedaan. Zo vertelden de vader en moeder die hun dochter verloren bij de MH17-ramp: ‘We gingen naar alle herdenkingen, rechtszaken, lotgenotenbijeenkomsten. Het was eerst noodzaak, toen voelde het als nuttig, en daarna bracht het ons lichtheid.’

Lichtheid vinden kost tijd. Tijd die is gevuld met, excusez le mot, kutdagen. Er wordt niet voor niets veel gescholden in mijn boek, dealen met ellende is geen sinecure. Veel geïnterviewden spraken enerzijds over ‘mildheid’, lief zijn voor jezelf, anderzijds hadden velen het over een ‘schop onder de kont’. De militair die ik sprak over het verlies van zijn been, bijvoorbeeld. Hij zei het wel grijnzend, want: met één been is het moeilijk schoppen. '

Humor: ook zoiets. Het liefst galgenhumor, van die grappen waarvan andere mensen de hand voor de mond slaan, ‘kun je écht niet maken’. Anne-Laura van Harmelen, ook moeder van een zoontje met een meervoudige handicap, Flynn, vertelde dat zij met haar gezin een liedje over hem heeft gemaakt:

We hebben een Flynn, Flynn, Flynn, En we hebben een Flynn, Flynn, Flynn, En hij kan niet lopeeeeen, Dus nu gaan we hem verkopeeeeen.

Ik heb nog nooit iemand zo liefdevol horen zingen.

Wat ik ook niet onbenoemd wil laten (vergeef me het hoge clichégehalte): de drie r-en. Rust. Reinheid. Regelmaat. Voeg daaraan gerust – op mijn conto – de letters b van bewegen (sport, yoga, wandelen) en de h van hulp toe. Hulp in de vorm van praatgroepen, therapie. En ook: lotgenoten.

Veerkracht betekent juist: de bodem van de put zien

Ik heb geprobeerd zoveel mogelijk van die lotgenoten te vinden voor ieder wier emmertje overvol is. Al noem ik ze liever veerkrachtvoorgangers. Mensen die ons voorgingen in hun ellende (als diegene het kan, kan ik het misschien ook…), mensen die allemaal op een zeker moment hebben gedacht: dit komt nooit meer goed. Veerkracht betekent namelijk niet: kaarsrechtop blijven staan. Het betekent juist: de bodem van de put zien, voelen hoe het daar is en leren balanceren tussen treuren en schaterlachen, vloeken en vrolijk zijn, de gordijnen dichthouden en ze weer opendoen. (In die zin had mijn boek net zo goed We zullen soms ook even niet doorgaan kunnen heten, maar dat paste niet op het omslag.)

Het was een vastomlijnd plan. Ik kreeg er een allesbehalve vastomlijnd boek voor terug. Veerkracht is geen simplistisch superheldenverhaal. Ik dacht even, na de dood van dat mooie mens, dat ik ‘er was’. Maar die ‘er’ bestaat niet. Veerkracht is als een pees of spier. Bij sommige mensen met veel pech in het leven is het die dunne, kwetsbare achillespees, bij anderen is het de hamstring. Maar voor iedereen geldt: hij moet getraind. Elk mens is daartoe in staat.

We zullen doorgaan verschijnt bij uitgeverij Das Mag € 24,99

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Veerkracht kun je trainen**

AD/Algemeen Dagblad

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Magazine; Blz. 20, 21, 22, 23

**Length:** 2135 words

**Byline:** LISANNE VAN SADELHOFF

**Highlight:** Na de dood van haar moeder vroeg Lisanne van Sadelhoff (33) zich af: hoe is het mogelijk dat een mens na zo'n ingrijpende gebeurtenis weer opstaat. Ze interviewde (ervarings)deskundigen en leerde van hen een paar belangrijke lessen. Het gaat erom dat als je pijn hebt, je erover mediteert, schrijft, leest, praat; dat je het vóélt.

**Body**

Het was een vastomlijnd plan. Er zou een boek komen. Over veerkracht. Een vervolg op Je bent jong en je rouwt wat, waarin ik de gekte en grilligheid die ik ervoer na de dood van mijn moeder in 2017, wilde normaliseren. De woorden rolden er destijds uit alsof de duivel me op de hielen zat. Daarna ging ik weer over tot de orde van de dag. Leven.

Ik vond mezelf (ik schrijf dit met enig ongemak) best goed geworden in dat leven. De eerste twee moederloze jaren ging ik heel diep; zwart, alles was zo zwart, gód wat miste ik dat mooie mens, maar daarna werd ik gevoelsmatig een steeds betere versie van mezelf - kleurrijk, alles moest kleurrijk. Lang dacht ik: dit komt nooit meer goed. Ik zag mezelf als een veertje, zo eentje dat in je balpen zit, en dat veertje was ingeveerd. Klein geworden. Maar hé. Ik was er weer. Doordat ik de dood van dichtbij had gezien, was ik beter in staat de zin (liefde, lachen, gezondheid) van de onzin (werkakkefietjes, lekke fietsbanden, trage winkelrijen) te onderscheiden. Ik was een tering-naar-de-neringpersoon geworden. Vleesgeworden veerkracht. Maar hoe had ik, dramaqueen pur sang, dat gedaan? En, eigenlijk nog interessanter: hoe staan ánderen op na verlies?

Zonder veerkracht zou je kapper niet meer uit bed komen na de dood van een partner. Zonder veerkracht zou onze premier er na de zoveelste politieke rel de brui aan geven en zonder veerkracht zouden je grootouders misschien geen kinderen hebben gekregen en jij dus niet bestaan. Veerkracht is een eerste levensvoorwaarde. De motor van onze maatschappij. Maar is iedereen even weerbaar? Kan het 'op' raken? En, hamvraag van het leven: kun je jezelf veerkrachtiger maken?

IK GING OP ZOEK naar antwoorden bij mensen die ervoor hadden geleerd en mensen die ervoor hebben geleden. Tot de eerste groep behoorden een psychiater, een DNA-expert, een bioloog, een ecoloog, een filosoof, een veerkrachthoogleraar, een psycholoog, een traumadeskundige, een liefdes- verdrietonderzoeker. Tot de tweede groep behoorden de mensen die ik als journalist ooit sprak. Jeanne en Bart, de ouders die hun kind bij de MH17-ramp verloren, maar niet hun glimlach. Zahira, de vrouw die meermaals werd verkracht en zichzelf redde door te dansen. Hanno, de ALS-patiënt die in zijn hoofd leerde ontsnappen aan zijn haperende lijf. Anashya, de tiener die slachtoffer werd van het toeslagenschandaal en korte metten maakte met paniekaanvallen. Wiam, de vluchteling die na jaren zijn trauma's in de bek keek. En Hannah, die geen kinderen kan krijgen maar acceptatie vond.

Het was een vastomlijnd plan. Maar in de periode waarin mijn zoektocht begon, begon er ook iets anders. Liefdesverdriet. Van het kaliber: ik krijg alleen nog maar stracciatella-yoghurt door mijn strot. Niet veel later belandde ik in een hormoontraject om mijn eitjes in te laten vriezen (iets met een onprettig genenfoutje aan mijn moeders zijde). Geregeld dacht ik: dit komt nooit meer goed. Tegelijkertijd schaamde ik me tegenover mijn geïnterviewden, die doorgaans meer te verstouwen hadden dan ik. Maar ik kon het niet helpen: liefdesverdriet en kinderwenspaniek ráásden door mijn met hormonen volgestopte lijf. Niet aan denken, dacht ik, toen ik aanschoof aan de keukentafel bij Farida Nabibaks. Ik wilde haar spreken over haar intergenerationele trauma: haar worsteling met het slavernijverleden van haar Surinaamse voorouders. 'Het lijf is er niet alleen om het genot te voelen van eten, van seks, het gaat ook om het ervaren van pijn en verdriet en verschillende lagen daarvan,' legde zij uit. 'Het gaat erom dat, als je pijn hebt, je erbij blijft. Dat het bij jou blijft. Dat je erover mediteert, schrijft. Leest. Praat. Vóélt.' Goh, toevallig: ik was net gestopt met voelen. Want ik was veerkráchtig, toch? Pijn en paniek pasten niet bij die happy happy joy joy-versie die ik van mezelf kende en neerzette. En nu zat ik hier tegenover een vrouw die mij, streng doch zachtaardig, de veerkrachtles las. Ik heb haar geloof ik meewarig aangekeken.

Niet aan denken, dacht ik weer, toen ik voor een volgend hoofdstuk Wiam Al-Zabari sprak. Hij ontvluchtte als dertienjarig jochie Irak en zei: 'De kortste weg is er dwars doorheen.' Jajaja. Hóé dan?

Veerkracht is geen eendimensionaal begrip, leerde ik, het is niet plat te slaan. Nergens - sorry, ook niet in mijn boek - staat in beton gegoten hoe je het aanboort. De mate ervan is afhankelijk van (hééft u even): tientallen toevalligheden, karaktereigenschappen, ervaringen, onze genen en jeugd, de mensen om ons heen en andere omgevingsfactoren. En de mate waarin we onze veerkracht moeten aanboren, wordt ook bepaald door wát we precies meemaken (cru en ongenuanceerd gezegd: het ene trauma is het andere niet).

Maar het is helpend om het veerkrachtmechanisme te begrijpen. Marten Scheffer, ecoloog aan de Wageningen University die onderzoek doet naar de veerkracht van zo'n beetje alles (oerwouden, oceanen, financiële markten, ouderen), leerde me dat de meeste mensen een kantelpunt hebben. Wanneer je omvalt of juist de weg up vindt, wordt niet door één ding veroorzaakt. Scheffer sprak over 'allemaal kleine duwtjes': je gaat door een moeilijke periode maar blijft toch sporten, voelt je gezonder, gaat beter eten, straalt zelfverzekerdheid uit, ontmoet nieuwe mensen, maakt vrienden. Of: je komt na verlies de deur niet meer uit, beweegt amper, eet slechter, slaapt slechter, gaat nóg minder graag de deur uit, sluit je af van de buitenwereld. Terwijl in die buitenwereld juist troost verkrijgbaar is.

Verbinding. Nabijheid. Wellicht zweeftermen, maar tevens onze reddingsboeien als ellende met een rotgang ons leven binnen galoppeert. 'Het gaat onder andere om de veren rondóm ons,' vertelde Dirk De Wachter me toen ik hem vroeg hoe hij veerkracht omschreef. 'Veerkracht is altijd een interrelationeel begrip.' Hij is psychiater des vaderlands in België en auteur van onder meer De kunst van het ongelukkig zijn. Behalve kundig en expert, is hij zelf ook ziek. Darmkanker, behandelingen zijn levensrekkend maar niet levensreddend. De psychiater die zijn hele werkende leven lang andermans veerkracht moest zien te vinden, moet nu die van hemzelf aanwenden. 'Wij kunnen niet zonder de ander voort. Mensen bij wie het goed gaat denken allemaal dat zij het zelf gedaan hebben, dat is kenmerkend voor onze zelfgenoegzame ikke-ikke-cultuur. Maar als het heel slecht gaat, als men een groot verlies lijdt... Of als men ziek wordt, voilà, zoals ik, dan wordt de ander héél cruciaal. Dat merk ik zelf nu ook.'

Het mooie is: die veren kun je zelf (her)vinden, zo leerde ik van Anne-Laura van Harmelen, hoogleraar Brein, veiligheid en veerkracht bij het Instituut Pedagogische Wetenschappen van de Universiteit Leiden. Tijdens onderzoek naar de effecten van jeugdtrauma op het brein, ontdekte ze dat de structuur in de hersenen van kinderen met een traumatische jeugd anders in elkaar steekt dan dat van kinderen zónder trauma's. Ze vond bij die eerste groep een hyperactivatie in het stresssysteem: het brein van iemand met een trauma verkeert vaker en langer in de freeze-, fight- of flight-modus dan het brein van 'gezonde' hersenen. Dat was wat Van Harmelen ook verkondigde in lezingen. Na afloop kwamen soms mensen naar haar toe: 'Oké. En is dit het dan? Zijn wij voorgoed verpest door ons trauma?'

'En dát,' vertelde ze me (vurige blik), 'í­s dus niet zo. Elk mens is veerkrachtig.' (Ik denk dat ik opgelucht zuchtte toen ze dat zei.) 'Kinderen hebben een hechtingspersoon nodig om uiteindelijk veerkrachtig door het leven te kunnen gaan, maar dat kan ook iemand van de opvang zijn, een opa, buurvrouw, een docent. Het is achterhaald dat de moeder het belangrijkst is en dat het ontbreken van een ouder betekent dat het je per definitie slecht zal vergaan. De mensen die je later ontmoet, vrienden, collega's, liefdes, vervullen ook zo'n belangrijke rol. Supermooi, want het betekent dat je altijd een sociaal netwerk kunt vinden waar je veerkracht uit kan putten.'

Alle mensen die ik sprak hebben samen, zonder elkaar te kennen, een stukje van de puzzel gelegd in mijn boek. Ik heb tientallen omschrijvingen van 'veerkracht' gehoord. Zahira Mous, een danseres die meermaals werd verkracht, omschreef het als een begrip dat op drie pilaren leunt: expressie ('een manier om je te uiten, zoals zingen, koken, autorijden, sporten, schilderen'), een sociaal supportsysteem (weer die ánder, dus) en spiritualiteit. Een moeder die haar dochter verloor noemde veerkracht als 'lopen in een doolhof': gewoon door blijven lopen, was haar devies, 'soms je neus stoten, daar niet bang voor zijn, omdraaien, en weer een andere weg zoeken'. Een tachtigjarige weduwnaar vertelde hoe zijn inwendige gesprekken met God, het verzorgen van zijn plantjes en zijn fietsrondes hem de dagen door hielpen.

Bij veel mensen die ik sprak, bespeurde ik een zekere mate van acceptatie. 'Het is erg dat dit me is overkomen, afschuwelijk dat ik dit heb, klote dat ik diegene ben verloren, maar het í­s nu eenmaal zo.'

Flexibel omgaan met dat wat het leven aandient, zit deels in ons karakter verankerd. Hoe minder neurotisch de mens, hoe makkelijker die het heeft om mee te deinen. Fantasie kan ons helpen: fantasierijke mensen zijn over het algemeen veerkrachtiger omdat ze hoopvoller zijn, zo vertelde Emma Pleeging me, hooponderzoeker aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam. Ze kunnen hun dromen en doelen voor zich zien en dat maakt dat ze licht aan het eind van de tunnel zien, ook al zien ze du moment geen hand voor ogen. 'Wie hoopt is assertiever, omdat de mogelijkheid dat iets ní­ét gebeurt er ook nog altijd is. Dat zet mensen aan tot actie,' verklaarde Pleeging.

Ook mensen die goed zijn in 'cognitieve herwaardering' zijn over het algemeen veerkrachtiger in moeilijke periodes, weet veerkracht-hoogleraar Van Harmelen. Het betekent zoveel als: inzien dat verdriet je ook iets kan leren, er iets uit halen, voorbij de slachtofferrol kruipen, zonder je ellende te bagatelliseren.

Makkelijker gezegd dan gedaan, maar hé, het is nu eenmaal gezegd door mensen die het al hébben gedaan. Zo vertelden de vader en moeder die hun dochter verloren bij de MH17-ramp: 'We gingen naar alle herdenkingen, rechtszaken, lotgenotenbijeenkomsten. Het was eerst noodzaak, toen voelde het als nuttig, en daarna bracht het ons lichtheid.'

Lichtheid vinden kost tijd. Tijd die is gevuld met, excusez le mot, kutdagen. Er wordt niet voor niets veel gescholden in mijn boek, dealen met ellende is geen sinecure. Veel geïnterviewden spraken enerzijds over 'mildheid', lief zijn voor jezelf, anderzijds hadden velen het over een 'schop onder de kont'. De militair die ik sprak over het verlies van zijn been, bijvoorbeeld. Hij zei het wel grijnzend, want: met één been is het moeilijk schoppen.Humor: ook zoiets. Het liefst galgenhumor, van die grappen waarvan andere mensen de hand voor de mond slaan, 'kun je écht niet maken'. Anne-Laura van Harmelen, ook moeder van een zoontje met een meervoudige handicap, Flynn, vertelde dat zij met haar gezin een liedje over hem heeft gemaakt:

We hebben een Flynn, Flynn, Flynn, En we hebben een Flynn, Flynn, Flynn, En hij kan niet lopeeeeen, Dus nu gaan we hem verkopeeeeen.

Ik heb nog nooit iemand zo liefdevol horen zingen.

Wat ik ook niet onbenoemd wil laten (vergeef me het hoge clichégehalte): de drie r-en. Rust. Reinheid. Regelmaat. Voeg daaraan gerust - op mijn conto - de letters b van bewegen (sport, yoga, wandelen) en de h van hulp toe. Hulp in de vorm van praatgroepen, therapie. En ook: lotgenoten.

Ik heb geprobeerd zoveel mogelijk van die lotgenoten te vinden voor ieder wier emmertje overvol is. Al noem ik ze liever veerkrachtvoorgangers. Mensen die ons voorgingen in hun ellende (als diegene het kan, kan ik het misschien ook...), mensen die allemaal op een zeker moment hebben gedacht: dit komt nooit meer goed. Veerkracht betekent namelijk niet: kaarsrechtop blijven staan. Het betekent juist: de bodem van de put zien, voelen hoe het daar is en leren balanceren tussen treuren en schaterlachen, vloeken en vrolijk zijn, de gordijnen dichthouden en ze weer opendoen. (In die zin had mijn boek net zo goed We zullen soms ook even niet doorgaan kunnen heten, maar dat paste niet op het omslag.)

Het was een vastomlijnd plan. Ik kreeg er een allesbehalve vastomlijnd boek voor terug. Veerkracht is geen simplistisch superheldenverhaal. Ik dacht even, na de dood van dat mooie mens, dat ik 'er was'. Maar die 'er' bestaat niet. Veerkracht is als een pees of spier. Bij sommige mensen met veel pech in het leven is het die dunne, kwetsbare achillespees, bij anderen is het de hamstring. Maar voor iedereen geldt: hij moet getraind. Elk mens is daartoe in staat.

We zullen doorgaan verschijnt bij uitgeverij Das Mag € 24,99

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 20, pagina 21, pagina 22, pagina 23

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Doelpuntenregen ZAC, Wilsum neemt rode lantaarn over en Creil-Bant wint topper**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 06:47 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 3692 words

**Byline:** Bart Nijstad

**Body**

Oost

Derde klasse C

Swift‘64 heeft de eerste uitoverwinning van het seizoen binnen. De ploeg uit Swifterbant ging op bezoek bij hekkensluiter EFC‘58 en won daar met 0-3. Daarmee is het elftal van Berry Mulder nog altijd ongeslagen (drie gelijke spelen en twee overwinningen). ‘‘We kwamen al snel op 0-1 voorsprong en na een half uur spelen stond 0-2 op het scorebord. In de tweede helft probeerden EFC nog wel wat, maar uiteindelijk hadden zij geen enkele aanspraak op een overwinning. Het lijkt misschien op papier een makkelijke overwinning, maar we hebben er hard voor moeten werken’’, vertelt een tevreden Berry Mulder.

EFC‘58 - Swift‘64 0-3 (0-2). 10. Mitchel Venverloo 0-1, 30. Bob Breemhaar 0-2, 90. Luca de Zoete 0-3.

Stuntploeg ’s-Heerenbroek weet deze week niet te stunten in de streekderby. Na twee overwinningen op rij moet de ploeg van Freddy van den Burg het hoofd voor Dieze West met 1-2 buigen. ,,We komen terecht met 0-1 achter, eigenlijk waren we de hele eerste helft niet goed. Na rust weten wij nog de gelijkmaker te maken, maar vergeten zelf de 2-1 binnen te schieten. Kort voor eindsignaal maakt Dieze West wel de 2-1. Dat is ontzettend zuur,’’ zegt Van den Burg na afloop.

Aan de andere kant van de zijlijn staat een blije Marino Promes. Dieze West boekt een belangrijke overwinning en neemt de drie punten mee naar huis. Echter is de trainer content met de uitslag, maar niet tevreden over hun spel: ,,Normaal gesproken willen wij mooi voetballen, alleen moesten wij vandaag uit een ander vaatje tappen. Het was een hectische wedstrijd, met veel strijd die geleverd moest worden.’’

‘s-Heerenbroek - Dieze West 1-2 (0-1). 39. Junny Samboe 0-1, 71. Daan Boersma 1-1, 90. Jeffrey de Nooijer 1-2.

Op sportpark De Heughte, de thuisbasis van VSCO‘61, maakt de thuisploeg er samen met tegenstander ZAC een voetbalfeest van. Het regent doelpunten, in het voordeel van de Zwolse gasten: 3-6. ,,Het is jammer van de tegendoelpunten’’, zegt een tevreden Daniël Holtman. De trainer van ZAC ziet hele goede dingen: ,,Na tien minuten spelen kregen we grip op de wedstrijd en waren wij ontzettend goed aan de bal. We maakten mooie goals en zetten goed druk. Een meer dan terechte uitslag.’’

VSCO‘61 - ZAC 3-6 (1-4). 8. Robbin Bastiaan 0-1, 18. Wouter Pappot 0-2, 31. Hans van Renselaar 1-2, 37. Okke Scholten 1-3 (strafschop), 42. Rens Blokker 1-4, 48. Blokker 1-5, 50. Lex Heimerikx 1-6, 73. Arjan van ’t Ende 2-6, 83. Arn van Renselaar 3-6.

Op eigen veld heeft Zwolsche Boys de eerste zege van het seizoen weten te boeken. Tegen Oene trok de ploeg van trainer Freddy Prins in de slotfase uiteindelijk aan aan het langste eind: 2-1. De Zwollenaren kwamen in een zeer matige wedstrijd tien minuten na rust op voorsprong door een treffer van Joey Platenkamp. De ploeg speelde toen al met tien tegen elf wegens een rode kaart voor spits Lennart Prins. De gasten uit Oene wisten hun overtalsituatie in de 70ste minuut in een gelijkmaker om te zetten middels een benutte strafschop van Jim Schaap. Het tiental van Zwolsche Boys bleef vervolgens redelijk gemakkelijk overeind tegen de elf van Oene, leek een remise af te dwingen, maar kreeg in de 87ste minuut zelf ook een strafschop, die door Ian van der Kolk werd benut: 2-1.

Zwolsche Boys - Oene 2-1 (0-0). 54. Joey Platenkamp 1-0, 70. Jim Schaap 1-1 (strafschop), 87. Ian van der Kolk 2-1 (strafschop). Rode kaart: 58. Lennart Prins (Zwolsche Boys).

Vierde klasse B

CSV’28 heeft geen einde kunnen maken aan de zegereeks van Ulu Spor. In een Zwolse stadsderby winnen de ‘Nederturken’ met 3-2 en blijft de perfecte score intact. Na een 3-1 ruststand en een rode kaart voor CSV heeft Ulu Spor het zich onnodig lastig gemaakt in de tweede helft. De oranje ploeg uit Zwolle had, gezien de tweede helft, recht op meer.

Ulu Spor-trainer Kadir Usta is een aantal jaar ouder geworden tijdens de tweede helft, waarin zijn ploeg met man en macht een 3-1 voorsprong moest verdedigen. ,,We lieten ons meegaan in het spel van CSV, dan geef je ze ruimte en geloof. In de eerste helft speelden we zo goed, maar dan geef je de wedstrijd bijna weg. Maar gelukkig zijn we nog steeds foutloos.” Ulu Spor staat met 15 uit 5 gedeeld eerste en wil dit seizoen promoveren naar de derde klasse. ,,Maar ik kijk liever op iets kortere termijn, dat is een periodetitel winnen”, aldus Usta.

Ulu Spor - CSV’28 3-2 (3-1). 4. Jay Frederiks 0-1, 9. Melih Sentürk 1-1, 16. Sentürk 2-1, 42. Sertac Yilmaz 3-1, 58. Jacco Bruggeman 3-2 (strafschop). Rode kaart: 25. Jeremias Luhukay (CSV’28).

De strijd tussen de beste rood-witten van de competitie barstte los op sportpark de Eendracht. BAS ging op bezoek bij koploper Rood-Wit‘58 en verloor het strijdtoneel met 3-2. Het ontbrak aan scherpte bij de ploeg van trainer Jeroen van den Berg: ,,We stonden na 35 seconden al met 1-0 achter. Zeven minuten later staat er 2-0 op het scorebord. Dat is een hele slechte start.’’ Uiteindelijk komt BAS langzamerhand in de wedstrijd en weet het de aansluitingstreffer te maken. Gelukkig is de tweede helft beter, want de gelijkmaker wordt door Van den Dikkenberg gemaakt. ,,We knokken ons terug in de wedstrijd, maar ja, daar koop je niks voor. Tot aan de negentigste minuut zijn wij de betere partij. Alleen heeft Rood-Wit één kans in de tweede helft en die maken zij’’, legt een balende Van den Berg uit.

Rood-Wit’58 - BAS 3-2 (2-1). 1. Jop van Eijden 1-0, 7. Corné van den Brink 2-0, 34. Leander Touw 2-1, 62. Yuri van den Dikkenberg 2-2, 64. Van den Brink 3-2.

Het is nog vroeg in het seizoen, maar op sportpark Op de Heide spelen Elspeet en Wilsum om de laatste plaats. Met een enerverende eerste helft weet het team van Christiaan Akse het gat met de hekkensluiter niet te vergroten. Wilsum verliest met 4-3 en staat nu zelf onderaan. ,,Het ging op en neer. Met een discutabel moment in de veertigste minuut. Onze verdediger maakt een fout, Elspeet gaat langs onze keeper heen en dezelfde verdediger wil zijn fout goedmaken door de bal van de lijn te halen. Maar doet dat blijkbaar met zijn handen. Direct rood. Vanaf dat moment komen wij met tien man te staan. Vervolgens krijgen wij in de tweede helft nog een kans om de 4-4 te maken, maar die wordt door de grensrechter afgevlagd. Heel zuur’’, zegt een balende Akse.

Elspeet - Wilsum 4-3 (4-2). 6. Gert Jan Sollie 0-1, 17. Erwin van Leeuwen 1-1, 19. Van Leeuwen 2-1, 21. 2-2 (eigen doelpunt), 39. Niels van der Steeg 3-2 (strafschop), 43. David Bleijenberg 4-2, 59. Melvin Hofstede 4-3.

Rode kaart: 40. Damian Snijders (Wilsum).

Lelystad‘67 heeft na drie nederlagen op rij eindelijk weer een overwinning geboekt. De polderderby tegen Reaal Dronten werd met 3-1 gewonnen. Klaas Koster, de Dronter sluitpost, eiste een negatieve hoofdrol op in het eerste bedrijf. Bij de 1-0 zorgde hij voor de assist waarna hij met een onbesuisde actie een strafschop veroorzaakte. In een grimmige tweede helft, waarin het spel voortdurend stillag, scoorden beide teams nog eenmaal.

Lelystad‘67- Reaal Dronten 3-1 (2-0). 10. Melvin Lodder 1-0, 43. Jethro de Graav 2-0 (strafschop), 60. Tim de Vaal 3-0, 75. Halim Tabaouni 3-1.

Vierde klasse C

Lutten kreeg flink op de broek bij laagvlieger Daarle. Bij rust stond het al 3-0 voor de thuisclub. Lutten staat weer met beide benen op de grond. Tegen Daarle, dat voor het eerst won, kwam Lutten er niet aan te pas. Lutten blijft samen met Mariënberg op plek twee staan. Sander van der Lustgraaf was duidelijk. ,,Het was niet best, we hebben collectief gefaald. Er zaten geen goede koppen op vandaag.”

SP Daarle - SC Lutten 4-1 (3-0). 16. Luc Nijkamp 1-0, 22. Thijmen Valk 2-0, 45. Simon Borkent 3-0, 90. Tygo Willems 4-0, 90+2. David Koopman 4-1.

Bruchterveld kon ook drie punten bijschrijven en dat vond Stephan Bloemendal erg belangrijk. ,,Het was aan inzet een tien met een griffel. Tegen Lutten lieten we ons wegspelen, vandaag heeft Bornerbroek niet één keer op doel geschoten. De tegengoal was een van richting veranderd schot. Wat ook mooi was, was dat Mike Eggengoor, die al anderhalf jaar bij de selectie zit, vandaag in de basis begon en ook nog scoorde. Scoren is toch ons probleem, kansen omzetten in doelpunten blijft ons manco. De score had ruimer moeten zijn, maar de drie punten zijn binnen.”

Bruchterveld - Bornerbroek RKSV 2-1 (1-0). 31 Mike Eggengoor 1-0, 59. Koen Dijk 2-0, 74. Tom Kroezen 2-1.

Kloosterhaar pakte de tweede zege van het seizoen. De beide Stans, Stan Ekkel en Stan Ravenhorst, waren de doelpuntenmakers. Richard Tempelman zat wel lang met samengeknepen billen op de bank. ,,Voor rust moet het al beslist zijn, de mooiste aanvallen werden niet gemaakt. Voor een leeg doel, dan weet je dat het lastig kan worden. Gelukkig trekken we het over de streep, want anders blijf je maar onderin hangen. Nu sluit je weer een beetje aan bij de grijze middenmoot.”

Kloosterhaar - Rijssen 2-1 (1-0). 31. Stan Ekkel 1-0, 67. Stan Ravenhorst 2-0, 69. Mitchel Brugts 2-1.

Bergentheim is de nieuwe koploper na de 1-6 overwinning in Nijverdal tegen DES. Arjan Keuken was er ‘wies mit’, zoals hij zei. ,,We waren erg scherp en effectief. We gingen prima met de kansen om. Het gaat erg lekker en daar ben ik zeer tevreden mee. Wij stonden tweede en zij derde, en dan win je met 1-6. Dan heb je gewoon een leuke zaterdagmiddag.” Nick Buitenhuis, die weer terug is, heeft het scoren niet verleerd. Hij scoorde tweemaal.

DES - Bergentheim 1-6 (1-2). 18. Nick Buitenhuis 0-1, 33. Jurre Canter Visscher 1-1, 34. Martijn Pouwels 1-2, 46. Niek Nijenhuis 1-3, 59. Remco Tromp 1-4, 65. Buitenhuis 1-5, 80 Jelte Hofsink 1-6.

Rico Magsino kon er weinig van maken na het verlies van Avereest tegen Heracles. ,,Het was van onze kant erg slecht. Wij hebben wel kansen gehad, maar zij hadden de betere kansen. We wonnen geen duels en dan wordt het lastig. Het bleef wel lang spannend en het had ook de andere kant op kunnen vallen. Het was gewoon niet goed genoeg.” Avereest staat met zeven punten in de grote middenmoot.

Avereest - Heracles 0-1 (0-0). 89. Mart van der Heiden 0-1.

Ook een tevreden trainer van Mariënberg. Arjan Visscher vond dat z'n ploeg beter was. ,,Hardenberg’85 is zeker geen slechte ploeg. Wij waren wel beter en daarom vind ik de zege ook verdiend. Rolf stond op ‘10' en gaf een prima assist bij de 4-1. De rode kaart vond ik terecht. Het was twee keer geel, maar de tweede geel had ook rood kunnen zijn.” Mariënberg staat samen met Lutten op een keurige tweede plek.

Mariënberg - Hardenberg'85 4-2 (1-0). 18. Roy Doek 1-0, 55. Dennis van der Veen 2-0, 56. Berend Weiden 2-1, 70. Dennis van der Veen 3-1, 80. Job Wolters 4-1, 82. Mark Jansonius 4-2. Rode kaart: 70. Lars Jansonius (Hardenberg’85, 2x geel).

Vijfde klasse C

Wijthmen - Kampen 5-2, Zalk - Sportlust V. 0-5, Lemele - Noord Veluwse Boys 3-3, Mariënheem - VSW 5-0, HTC - SVV'56 2-0.

Noord

Derde klasse D

Een wisselvallig optreden tegen SVM heeft koploper FC Ommen het eerste puntverlies van de competitie opgeleverd. Na een sterk eerste half uur leidde Ommen slechts met 1-0, en ook na de 2-1 verzuimde de ploeg uit te lopen. SVM hield geloof en pakte met een mannetje meer nog bijna de overwinning. Zover kwam het niet, maar dat maakte het chagrijn bij Ommen er niet minder om. Ommen-spelverdeler Maarten Bel: ,,We hadden in de eerste helft gewoon 2 á 3-0 moeten maken, dan was het klaar geweest.”

FC Ommen - SVM 2-2 (1-0). 21. Sydney Flim 1-0, 51. Jorn Strijk 1-1, 59. Rens van de Wolfshaar 2-1, 77. Yoeri van Eerde 2-2. Rode kaart: 70. Frank Merjenburgh (FC Ommen, 2x geel).

Heel aardig spelen en toch op een 0-3 achterstand komen. Een zeldzame maar ongemakkelijke realiteit voor FC Meppel na een half uur spelen tegen ASC’62. Doordat groen-wit paniekvoetbal uitbleef en FC Meppel onverstoorbaar bleef spelen, kwam het helemaal terug in de wedstrijd. Trainer Arjan Bosschaart zag het met trots aan: ,,Ik heb de jongens zowel in de rust als na de wedstrijd een heel groot compliment gegeven. We bleven ons spel spelen en hadden uiteindelijk meer verdiend dan een punt. Dat erkende ASC’62 ook.”

FC Meppel-ASC‘62 3-3 (1-3). 14. Tom Pierik 0-1, 15. Matthijs van Gelder 0-2, 31. Chiel Pasman 0-3 (strafschop), 36. Hugo Bisschop 1-3, 80. Bisschop 2-3, 83. Robert Redder 3-3. Rode kaart: 90. Robert Schonewille (FC Meppel).

Elim heeft de eerste overwinning van het seizoen geboekt, wat tegelijkertijd betekent dat Klazienaveen nog steeds op de hatelijke nul staat. Waar beide ploegen de overwinning hard nodig hadden, spreekt Elim-trainer Erwin Sikkes van een terechte zege voor zijn ploeg. ,,We waren vandaag eindelijk vrijwel compleet, wat overigens ook voor Klazienaveen gold, nadat we de eerste wedstrijden van het seizoen veel spelers misten. We moeten een goede serie maken voor de winterstop en deze overwinning is voor ons het bewijs dat dat mogelijk is.”

Elim - FC Klazienaveen 5-2 (2-1). 23. Jesse Habing 0-1, 38. Peter Kroezen 1-1. 39. Daimen Diphoorn 2-1, 63. Stef Jagt 2-2, 76. Youri Benjamins 3-2, 85. Robin Smit 4-2, 90. Daniel Benjamins 5-2.

DESZ heeft tegen DKB zijn tweede overwinning op rij geboekt. Toen vlak na rust de tweede Zwartsluizer treffer viel, bleef de spanning vooral in de lucht doordat DESZ naliet het duel definitief op slot te gooien. Trainer Pim Kaagman constateert dat zijn ploeg mooie stappen maakt: ,,We zijn groeiende en hebben vandaag goed gespeeld. Aanpikken bij de top zijn we helemaal niet mee bezig, de doelstelling is om zo ver mogelijk bij de onderste plaatsen weg te komen na een dramatisch vorig seizoen.”

DESZ - DKB 2-0 (1-0). 14. Danny Moorman 1-0, 47. Maarten Akkerman 2-0.

In een wervelend kwartier na rust heeft SC Rouveen korte metten gemaakt met DVC Dedemsvaart. Waar de groen-witten in de eerste helft nog onstuimig speelden, zag hoofdtrainer Jan Willen Talsma het na rust in elkaar klikken: ,,We startten overenthousiast en wilden te graag scoren. De tweede helft was van een heel goed niveau en moet voor ons een motivatie zijn om dat vast te houden. Dan zit er nog meer in het vat voor ons.”

SC Rouveen - DVC Dedemsvaart 5-0 (1-0). 45. Milan Smit 1-0, 47. Jesse Piëst 2-0, 54. Rowan Trompetter 3-0, 56. Marcel Tiemes 4-0, 88. Mart Dunnink 5-0.

Be Quick’28 heeft tegen De Weide bewezen dat het een topdrie-kandidaat is. Na een comfortabele voorsprong in de eerste helft, had de score in de tweede helft nog een stuk hoger kunnen uitvallen. Trainer Kelvin Bonhof was blij dat zijn ploeg zichzelf beloonde: ,,We hebben vaker gehad dat we genoeg kansen creëren, maar dit keer vlogen de eerste twee kansen er ook direct in. Dat maakt het een stuk makkelijker. Dan zie je dat De Weide moet komen en worden onze snelle jongens voorin nog gevaarlijker.”

Be Quick’28 - De Weide 5-0 (3-0). 13. Hugo Winkeler 1-0, 18. Nick Bisselink 2-0, 34. Bisselink 3-0, 58. Bisselink 4-0, 90. Roy van der Stouwe 5-0.

Vierde klasse A

VHK heeft ondanks een knappe comeback niet gewonnen bij Oudehaske. Na een kwartier stonden de Friezen al met 2-0 voor. Na een aansluitingstreffer en een gedwongen dubbele wissel na een half uur maakte de ploeg van trainer Arjen Plessen vlak na rust de 2-2. Ondanks dat de ploeg uit Sint Jansklooster meerdere kansen kreeg op een voorprong én de thuisploeg nog een rode kaart kreeg, moest het genoegen nemen met één punt.

Oudehaske – VHK 2-2 (2-1). 8. Joran Overwijk 1-0, 18. Sieb van der Beuken 2-0, 20. Ton Kroek 2-1, 51. Jac Rook 2-2.

Promovendus Ens heeft in eigen huis verloren van het Friese Delfstrahuizen. De mannen van Richard Nijboer verloren met 2-3, terwijl ze na dik tachtig minuten nog met 0-3 achterstonden. ,,Wij hadden plannen gemaakt voor de eerste helft, maar de tegenstander voerde die eigenlijk uit. Wij wilden ze zo onder druk zetten dat het voetballen ze onmogelijk werd gemaakt, maar dat draaiden zij om. Het is jammer dat we pas na 83 minuten beginnen te voetballen. Rick Vos, speler van O17, had de 3-3 op zijn schoen. Het was heel mooi als hij had gescoord, maar helaas”, aldus Nijboer.

Ens – Delfstrahuizen 2-3 (0-3). 20. Kean Bakker 0-1, 27. Ditmer Slump, 0-2, 45. Bakker 0-3, 83. Michiel Broenink 1-3, 85. Kay Mannes 2-3.

SVN‘69 heeft de eerste driepunter van het seizoen binnen. In een doelpuntrijk duel (3-4) won de ploeg van trainer Jarrisch Keizer van hekkensluiter Tollebeek, dat zelfs op een 2-0 voorsprong kwam. ,,Dit hadden we echt nodig. Het feit dat we ook nu pas onze eerste overwinning pakken, zegt eigenlijk te weinig, ondanks dat het de harde feiten zijn. We hadden al veel meer punten kunnen hebben. Het ontbrak aan scorend vermogen, gelukkig was dat vandaag niet het geval”, zegt Keizer opgelucht.

Tollebeek - SVN ‘69 3-4 (2-2). 10. 1-0 (eigen doelpunt), 27. Willem Hulsebosch 2-0, 36. Rick Meijer 1-2, 45. Meijer 2-2, 68. Tijmen Adolf 2-3, 80. Meijer 2-4, 90. Marijn Brandsema 3-4.

De topper tussen Creil-Bant en Steenwijk bleek in feite eigenlijk geen topper te zijn. De thuisploeg won met 4-1, zonder al te veel moeite. ,,Steenwijk was heel slordig en daar wisten wij van te profiteren, daarom geef ik mijn jongens graag een schouderklopje. Het was een topper, maar zeker het eerste uur was er voor ons geen wolkje aan de lucht. Het kwartiertje tussen hun aansluitingstreffer en onze 4-1 was het toch even goed opletten”, concludeert Creil-Bant-trainer Henk Sleurink.

Creil-Bant – Steenwijk 4-1 (3-0). 4. Joost Beugels 1-0, 17. Stefan Kramer 2-0, 23. Rob Beugels 3-0, 66. Wessel Busscher 3-1, 79. Rob Beugels 4-1.

MSC blijft doorgaan met waar het mee begonnen was: winnen. De Meppeler voetbalclub kreeg het Friese Sleat op bezoek, dat geen partij kon bieden. Ondanks een rode kaart voor MSC in de eerste helft is de ploeg geen moment in gevaar geweest: 4-1. ,,Bij de tegenstander is er de hele wedstrijd geen sprankje hoop geweest op een resultaat, ik heb de hele wedstrijd relaxed op de bank gezeten. Dat is pure luxe, vorig jaar was dit allesbehalve het geval”, concludeert MSC-trainer Guido Wind.

MSC – Sleat 4-1 (2-0). 11. Jesse Bakker 1-0, 45. Bakker 2-0, 55. Max van Dijk 3-0, 66. Eric Ybema 3-1, 85. Bjorn Lefferts 4-1. Rode kaart: 42. Hans Mansveld (MSC, 2x geel).

Ook Olympia’28 heeft de eerste zege van het seizoen te pakken. In eigen huis wist de ploeg van trainer Edwin Duim het Nagele, dat vorig jaar nog derde werd in de vierde klasse, knap lastig te maken. ,,Wij scoorden op slag van rust twee keer, dat zorgde voor een knak in het vertrouwen. Maar op het moment dat zij die aansluitingstreffer maken is het billenknijpen. Wij hadden het geluk in de slotfase aan onze zijde en counterden zelfs nog naar de 3-1, een broodnodige overwinning”, aldus Duim vanuit een feestvierende kantine.

Olympia’28 – Nagele 3-1 (2-0). 42. Brian Snijder 1-0, 45. Wouter Linde 2-0, 87. Okke de Jonge 2-1, 90. Snijder 3-1.

Vijfde klasse A

RKO - Hielpen 2-1.

Vijfde klasse G

De derby tussen Blokzijl en SVBS’77 is een prooi geworden voor de gasten uit Belt-Schutsloot. Twee benutte strafschoppen van Roy van de Belt zorgden voor een 0-2 voorsprong bij rust. Blokzijl-invaller Robin de Boer maakte het in de tweede helft nog spannend, maar het lukte Blokzijl niet om de 2-2 te maken. Zo kreeg de 3-2 thuiszege op Nieuw-Balinge van drie weken geleden, de eerste winst sinds maart 2020 geen vervolg. ,,Deze jonge groep had in de eerste helft bibberknieën vanwege de derby. Na rust ging het beter”, vond Blokzijl-trainer Kees de Jong. Tweevoudig doelpuntenmaker Van de Belt: ,,Dit is de wedstrijd van het jaar. Hier zijn we heel blij mee.”

Blokzijl - SVBS’77 1-2 (0-2). 23. Roy van de Belt (strafschop) 0-1, 43. Van de Belt (strafschop) 0-2, 68. Robin de Boer 1-2.

Tonego - VVAK 3-2, VCG - Espel 0-0, Zuidwolde - Alcides 0-7.

Zondag

Noord

Derde klasse A

Het is FC Oldemarkt niet gelukt om van de rode lantaarn af te komen in 3A. Desalniettemin pakte het zondag wel haar tweede punt in de competitie na een gelijkspel, in eigen huis tegen Read Swart. De thuisploeg ging nog met een domper de kleedkamer in voor de rust, nadat het vlak daarvoor op achterstand kwam. Vanaf de stip bepaalde Stijn de Jong de eindstand na een klein uur echter op 1-1.

Oldemarkt - Read Swart 1-1 (0-1) 45. Menno Schotanus 0-1, 53. Stijn de Jong 1-1 (strafschop).

Derde klasse D

In een knotsgek potje heeft Oranje Zwart het onderspit gedolven tegen Beilen. Twee keer kwam het terug van een achterstand, tot 1-1 en 2-2. De laatste keer was dat zelfs met een man minder, door een rode kaart voor Henk Kleene na ruim een uur spelen. Die gelijkmaker viel bovendien vlak voor tijd, maar het mocht de Wanneperveners niet baten: in de blessuretijd sloeg Beilen alsnog voor de derde keer toe. Oranje Zwart bevindt zich nu op de oncomfortabele tiende plaats.

Beilen - Oranje Zwart 3-2 (2-1) 19. Owen van der Werff 1-0, 38. Denny van der Linde 1-1, 45 Lennard Tol 2-1, 86. Van der Linde 2-2, 90. Julian Jager 3-2. Rode kaart: 64. Henk Kleene (Oranje Zwart, 2x geel).

De term ‘absolute slotfase’ was zelden meer op zijn plaats dan als tijdsaanduiding voor de winnende treffer van Wacker bij Sweel. ,,Ik denk dat het wel in de 100ste minuut was’’, zag trainer Gert-Jan Hoekstra. ,,Ik ben een blije trainer.’’ De ploeg uit De Wijk speelde het laatste deel van de wedstrijd met een man minder, maar bleef strijd leveren. ,,Onze doelman hield ons in de wedstrijd, een paar hele mooie reddingen.’’ Toch viel er een tegendoelpunt, in de extra tijd. ,,Maar dat je hem dan alsnog wint, ja dat is geweldig. En het geeft ons wat lucht, we willen de degradatiezone vermijden en top-8 spelen.‘’ Dat lukt voorlopig, Wacker staat op plaats vijf.

Sweel - Wacker 1-2 (1-0) 9. Tom Oudman 1-0, 90. Jorrit Reuvers 1-1, 90. Joris Brouwer 1-2. Rode kaart: 70. Koen Dekker (Wacker, 2x geel).

Vierde klasse B

Ze hebben er geruime tijd op moeten wachten bij IJhorst, maar de eerste overwinning van het seizoen is binnen. Zwartemeerse Boys werd met minimaal verschil verslagen, maar de punten zullen er niet minder welkom door zijn. Janick Brakke werd de matchwinner met zijn doelpunt na een kwart wedstrijd, terwijl IJhorst bovendien voor het eerst de nul hield. De oranje-zwarten stijgen naar plaats negen en zetten daarmee een stap in de juiste richting.

IJhorst - Zwartemeerse Boys 1-0 (1-0) 20. Janick Brakke 1-0.

Weitenveense Boys - USV afgelast.

Vijfde klasse D

Old Forward - Giethoorn 6-5, Balkbrug - Kuinre 3-0.

Oost

Vijfde klasse F

Batavia'90 - Go Ahead D. 0-1, Wissel - Hoonhorst 0-7, DAVO - Vilsteren 2-0.

**Load-Date:** October 30, 2023

**End of Document**



**In de ban van Antarctica**

de Volkskrant

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Boeken en Wetenschap; Blz. 2, 3, 4, 5

**Length:** 2420 words

**Byline:** MAARTEN KEULEMANS

**Highlight:** Hoe hard het ijs op Antarctica smelt, bepaalt het lot van de wereld. Experts maken zich zorgen over mogelijke dramatische kettingreacties. Wat kan er misgaan? De toekomstscenario's aan de hand van vijf gletsjers en ijsplaten.

**Body**

Glaciologie Continent op drift

Het is dus minder groot dan je verwacht, dat hele continent Antarctica. In haar smalle werkkamer, vijfhoog in het natuurkundegebouw van Utrecht, wijst promovendus Franka Jesse op het beeldscherm van haar computer. Denk al dat ijs even weg, en dit is wat je van het machtige Antarctica overhoudt, toont ze. Een groep eilanden, met grillig gekartelde kustranden en fjorden, en overal tussendoor gapende binnenzeeën.

Vooral in het westen - de kant die als een wenkende vinger uitsteekt naar Zuid-Amerika - stelt het reuzencontinent weinig voor. Een soort archipel, met een sliert eilanden op een rij, omzoomd door diepe zeeën. Dat is wat er zou overblijven als je de reusachtige ijskap die de boel bedekt als een stolp van Antarctica optilt.

Niet vreemd dat glaciologen een tikje nerveus worden als het gaat om het zuidpoolcontinent. Smelt de ijsmassa volledig in zee, en je krijgt liefst 57,9 meter zeespiegelstijging, wereldwijd. De westkant alleen al is goed voor zo'n 3 tot 5 meter zeespiegel erbij. En deze week onthulden Britse onderzoekers: waarschijnlijk is het zelfs bij streng klimaatbeleid al te laat om de smelt van een aantal cruciale gletsjers in West-Antarctica nog te stoppen.

Dat al het ijs van Antarctica smelt, achten wetenschappers uitgesloten - het meeste ervan ligt immers hoog op het continent, ver boven de vorstgrens. Maar dat er aan de randen en vooral in het lage westen dramatische kettingreacties op gang kunnen komen, met mogelijk meters zeespiegelstijging als gevolg, dat is een mogelijkheid die wereldwijd veel zorgen baart.

'Het lot van ons land hangt af van wat er in Antarctica gaat gebeuren', zei oceaanexpert Sybren Drijfhout enkele weken geleden al, bij de presentatie van de nieuwste klimaatscenario's van het KNMI. Maar wat kan er precies misgaan? Een rondleiding, aan de hand van vijf ijsplaten en gletsjers.

**1 Larsen B**

**De kanarie in de kolenmijn**

Toen Roderik van de Wal (Universiteit Utrecht) zich voor het eerst begon te verdiepen in de glaciologie, gold Antarctica een beetje als een saai continent. Hier gebeurde nooit wat. Of in elk geval niets waarvan we in Nederland wat zouden merken. 'Als het 2 graden warmer wordt, gaat de temperatuur van min 18 naar min 16, en is er nog steeds geen smelt', vat hij het destijds heersende denken samen.

Maar toen, op 31 januari 2002, gebeurde er opeens wel iets. Helemaal aan het verste puntje van West-Antarctica scheurde een ijsschots los, ruwweg zo groot als Groningen en Friesland bij elkaar. 'Larsen B', heette die flard, en hoewel de ijsplaat zelf geen zeespiegelstijging geeft, bewees het voorval wel dat Antarctica meer gooi- en smijtwerk in zijn mars heeft dan glaciologen dachten.

Wat er daarna gebeurde, was eigenlijk nog opzienbarender, vertelt Van de Wal. Alsof er een stop uit het continent was getrokken, begon een bescheiden gletsjer die pal achter de Larsenijsplaat lag, versneld in zee te stromen. 'Tot die tijd was er in de wetenschap discussie over wat het opbreken van zo'n ijsplaat zou betekenen', vertelt Van de Wal. 'En toen konden we het met eigen ogen zien. Het ijs erachter gaat harder stromen.'

Inmiddels zijn poolwetenschappers het erover eens dat West-Antarctica bij elkaar wordt gehouden door de grote, op zee drijvende ijsvlakten, die als klonten stopverf voorkomen dat de reuzengletsjers van het continent versneld de zee instromen. 'Zolang er ijsplaten zijn, hoeven we ons niet zo'n zorgen te maken', zegt Van de Wal. 'Maar als de platen weg zijn, weten we niet goed hoe snel het gaat. En zoals het er nu voor staat, is er kans dat de ijsplaten rond 2100 gaan instorten.'

Wetenschappers die de ijsplaten in de computer weggumden, ontdekten dat zoiets uiteindelijk zou leiden tot 1 tot 12 meter zeespiegelstijging wereldwijd. Niet een erg geruststellende gedachte.

**2 Thwaites**

**De onheilsprofeet**

De Doomsday Glacier, noemen de media hem wel. Losjes vertaald, de Gletsjer des Doods. Terwijl de Larsenplaat nog een tamelijk onschuldige gletsjer in toom hield, houdt de Thwaites-ijsplaat heel wat meer in bedwang. 'En aan een kant hangt hij al los', zegt Van de Wal. Haal de ijsplaat weg en het is alsof je een stop uit West-Antarctica trekt. 'Een boel wordt dan onomkeerbaar', zegt Van de Wal.

Laat de opwarming van de aarde in het huidige tempo voortgaan, en wat je krijgt is zo'n 44 tot 76 centimeter zeespiegelstijging wereldwijd, eind deze eeuw. Dat is als de internationale gemeenschap de uitstoot van broeikasgassen gaandeweg stabiliseert, anders kunnen we in het slechtste geval uitkomen op 59 centimeter tot 124 centimeter in 2100.

Maar dat is nog steeds de weg van de geleidelijkheid, zonder afscheurende ijsplaten of versnellende gletsjers. Toen een onderzoeksgroep onder leiding van de Amerikaanse poolexpert Bob DeConto de smeltende zuidpool enkele jaren geleden nabootste met een computermodel dat wel rekening houdt met abrupte processen, ontdekte hij dat de smelt van Antarctica ergens rond 2060 opeens kan versnellen. In 2100 zou de zeespiegel 1,5 meter, en in het jaar 2300 zelfs 15 tot 20 meter hoger staan, aldus DeConto. Een bescheiden flatgebouw aan zeeniveau erbij.

Van de Wal riep een panel van zo'n dertig experts bijeen om een geleerde inschatting te maken van wat er kan gebeuren. De zee kan in het allerslechtste geval uitkomen op ongeveer 10 meter stijging wereldwijd, beredeneerden die. Weliswaar pas over een paar eeuwen, in het jaar 2300, maar niet ondenkbaar is dat de zee in 2100 al 2,5 meter hoger staat, bleek uit weer een andere inschatting door experts, geciteerd door het KNMI.

'Je kunt dan wel zeggen: een paar meter kunnen we prima aan', zegt Van de Wal. 'Maar de werkelijkheid is dat je een megaprobleem hebt, als de zee in 2100 een paar meter is gestegen. Omdat de ijskap met een vertraging reageert op veranderingen in het klimaat, is het dan naar alle waarschijnlijkheid nog niet voorbij. 2 meter in 2100 betekent al snel 5 meter in 2200, en 10 meter in 2300. Dat wil je gewoon liever voorkomen.'

Zelfs bij een lage uitstoot van broeikasgassen ligt 'meerdere meters zeespiegelstijging' op de loer, schrijft Van de Wal, in vakblad Earth's Future. Tijdens het Eemien, een tijdvak zo'n 129- tot 116 duizend jaar geleden, was het ook een graad warmer op aarde, net als nu. De zeespiegel stond 4 tot misschien wel 9 meter hoger. Dat is geen goed voorteken. Wat zien wetenschappers over het hoofd?

'Het zou best kunnen dat het systeem gevoeliger is dan we denken', zegt Van de Wal. 'Niemand kan er de hand voor in het vuur steken dat er, als we de uitstoot van broeikasgassen snel beperken, helemaal niets gebeurt.' Daarin lijkt hij gelijk te hebben. In een deze week verschenen onderzoek becijferen Britse poolwetenschappers wat er met gletsjers zoals de Thwaites gebeurt als we erin slagen de opwarming van de aarde te remmen. Hun conclusie: zelfs als de opwarming van de aarde beperkt zou blijven tot 1,5 graad, smelten de gletsjers versneld door.

'Het lijkt erop dat we de controle over het smelten van de West-Antarctische ijskap kwijt zijn', aldus hoofdonderzoeker Kaitlin Naughten van onderzoeksinstituut British Antarctic Survey.

**3 Pine Island**

**De hardloper**

Wat de toestand van gletsjers zoals de Doemsdaggletsjer nogal verraderlijk maakt, is de situatie ónder het ijs. Want de smelt van Antarctica wordt niet zozeer gedirigeerd door opwarmende lucht, maar door het geleidelijk opwarmende, zoute zeewater, dat onder en langs de in zee hangende ijsplaten spoelt.

Neem de zogeheten Pine Island-gletsjer. Een gestage, kilometers brede stroom ijs, niet ver verwijderd van de Thwaitesgletsjer, die met zo'n 4 kilometer per jaar richting zee stroomt en waar met enige regelmaat Waddeneiland-grote stukken ijsschots vanaf breken. Maar sinds ongeveer 2017 gaat het allemaal steeds sneller en trekt de gletsjer zich terug, als een slak in zijn slakkenhuis, doordat er steeds meer stukken vanaf breken, ontdekten wetenschappers van het Europese satellietprogramma Copernicus enkele jaren geleden. En het is de vraag of die versnelling nog wel ophoudt.

Dat heeft te maken met de ligging van de gletsjer, legt Jesse uit. Net als onder de Thwaitesgletsjer wordt de zeebodem naarmate je verder continent-inwaarts gaat steeds dí­éper in plaats van ondieper, omdat het continent pas honderden kilometers verderop boven zeeniveau komt.

En dat kan een griezelige, onomkeerbare versnelling van de smelt geven, omdat er bij terugtrekking van de gletsjer een steeds dikkere plak ijs komt bloot te liggen. 'Je zet de kraan eigenlijk verder open', zegt Jesse.

Dat is niet het enige. Door het smelten komt onder de gletsjer stroming op gang, die als een ronddraaiende wasmachine steeds weer nieuw zout zeewater langs de onderkant voert, wat weer leidt tot meer smelt. Er zitten kieren en holtes in de gletsjer, waar zeewater het ijs sneller kan aanvreten. En aan de bovenkant kan smeltwater in natuurlijke spleten gaan zitten, opvriezen en de schots uit elkaar drukken.'We zitten op een punt waarop er erg veel gebeurt', zegt Jesse, die de processen onder gletsjers zoals Pine Island en Thwaites probeert te vangen in nieuwe computermodellen. 'En je kunt niet even onder zo'n ijsplaat duiken, om te zien hoe het precies zit.'

Waar de wereld dringend behoefte aan heeft, schreef de prominente poolonderzoeker Eric Rignot vorige maand in Nature Climate Change, is een vloot aan sensoren, sondes, duikbootjes, radars en hydrofoons om beter in kaart te brengen wat er onder de schotsen gebeurt. 'We hebben meer nodig dan één ijsbreker, meer dan één duik, meer dan één verkenning, meer dan één onderzoeksseizoen', aldus Rignot.

'De grote lijnen snappen we', zegt Jesse. 'Maar het liefst zouden we een systeem voor vroege waarschuwing hebben: als we dí­t zien, moet je oppassen. Misschien zijn er in sommige regio's nu al processen op gang gekomen die niet zomaar omkeerbaar zijn.'

**4 Filchner-Ronne**

**De stabiele factor**

Gelukkig zijn er ook plekken op Antarctica waar nog weinig aan de hand is. Zoals op de uitgestrekte Filchner-Ronne-ijsvlakte. Spreid deze plak ijs vanaf Nederland uit over Europa, en je ziet een muur van ijs zo hoog als de Euromast, die reikt tot aan de Dordogne in het zuiden en tot aan Tsjechië en Oostenrijk in het oosten.

In mei 2021 brak er een ijsschots genaamd 'A76' af van de plaat: meteen een van de grootste plakken ijs die glaciologen ooit zagen wegdobberen. De Filcher-Ronne-ijsvlakte had er weinig last van. Deze klont ijs krijg je niet zomaar weg.

Of wel? Ook voor massieve ijsmassa's dreigt bij hogere opwarming misschien een versneld afbraakproces, denken sommige glaciologen. Aan de rand van Groenland ziet men het soms gebeuren: het afbreken van enorme stukken ijs, domweg omdat de zwaartekracht het niet meer aan kan.

IJsklif-instabiliteit, heet dat verschijnsel ook wel. Het is een beetje alsof je een berg zand van onderaf begint weg te graven, waarna de brokstukken van de bovenkant af vallen. In het geval van een gletsjermuur: de stukken ijs brokkelen af en plonzen in zee, met het fotogenieke geweld dat in heel wat klimaatcampagnes is te zien.

Maar of het proces echt wel zo belangrijk is, is de vraag, zegt Van de Wal. 'Grotere veranderingen in de omvang van de ijsplaten lijken te worden veroorzaakt door meer smelt aan de onderkant en aan de bovenkant, waardoor de ijsplaat op kan breken of dunner wordt.'

Een reëler gevaar voor massa's als de Filchner-Ronne-ijsvlakte is dat bij een opwarmend klimaat in de tweede helft van deze eeuw de zeestroming verplaatst, waardoor het ijzige water onder de vlakte warmer zou worden, volgens diverse computerstudies die de situatie nabootsten. Dat kan op termijn leiden tot verzwakking en uiteenvallen van de reusachtige plaat.

En mocht de Thwaites sneuvelen, dan kan de oprukkende smelt West-Antarctica 'van achteren aanvallen', verwacht Van de Wal. 'Dan wordt het ijs hier van links naar rechts opgegeten. Omdat veel van de gebieden hier onder zeeniveau liggen.'

**5 Conger**

**De ijsplaat die verdween**

Daar keek de Australische meteoroloog en zee-ijsexpert Jan Lieser toch raar van op. Toen hij vorig jaar maart nieuwe satellietfoto's bekeek van de kust van Oost-Antarctica, bleek er ineens een stuk zo groot als Flevoland te ontbreken. 'Twee gedeelten die we jaren hadden gevolgd, waren er niet meer', zei Lieser erover tegen de pers.

Het ontbrekende stuk ijs was 'helemaal niet zo belangrijk', duidt poolwetenschapper Stef Lhermitte (TU Delft, KU Leuven). En het opbreken ervan was noch onverwacht noch een drama: de ijsplaat vervult geen al te belangrijke rol bij het afremmen van gletsjers. Toch werd het opbreken van de Conger-ijsplaat, half maart vorig jaar, wereldnieuws. 'Het was voor het eerst sinds we satellietwaarnemingen hebben dat zo'n plaat aan de oostkant van Antarctica abrupt wegviel.'

Ook Oost-Antarctica kent zijn probleemgletsjers. Zoals de Denman-ijsplaat, die uitgerekend boven een kilometers diepe onderzeese canyon ligt, wat hem snel instabiel kan maken. Of de Totten-gletsjer, een strategisch gelegen uitloper die een enorme ijsstroom tegenhoudt en die in de prehistorie al zeker elf keer versneld is gesmolten. Als klap op de vuurpijl ontdekten wetenschappers in 2016 een nieuwe geul in de zeebodem, waarlangs relatief warm water onder de gletsjer kan kruipen.

Er zijn nog geen tekenen dat Oost-Antarctica aan het vervallen is, benadrukt Van de Wal. 'En de watertemperatuur is er dusdanig laag dat er ook geen signalen zijn dat daarin snel verandering komt.' Maar dat is nu. 'Als we computersimulaties doen, is dit na West-Antarctica het eerstvolgende gebied waar iets gaat gebeuren.'

Daarbij doelt hij vooral op Wilkesland, in feite een soort eilandenarchipel onder het ijs aan de Australische kant van Antarctica. Net als West-Antarctica ligt het gebied grotendeels onder zeeniveau, wat Wilkesland gevoeliger maakt voor smelt. 'Wilkesland is het eerste dat gaat. Het bassin loopt dan leeg', zegt Van de Wal. 'En dan gaat het om meer dan een paar meter.'

'Het is natuurlijk niet zo dat West- en Oost-Antarctica volledig gescheiden werelden zijn', zegt ook Lhermitte. 'Dat we het oosten relatief veilig noemen, komt ook doordat het westen sneller smelt.'

Een paar decimeter zeespiegelstijging - of misschien 20 meter. Het zijn nogal verschillende toekomsten waaruit de wetenschap wijs moet zien te worden. 'Er worden op dit moment grote stappen gezet', zegt Lhermitte. 'De modellen geven nu nog sterk uiteenlopende resultaten. Ik verwacht de komende tijd dat die verschillen wel kleiner zullen worden.'

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 2, pagina 3, pagina 4, pagina 5

**Graphic**

Een paar keizerpinguïns op zee-ijs bij de ijsplaat Larsen B.

Nasa-satellietbeelden uit de periode januari-april 2002 van het losraken van de ijsschots Larsen B en de gletsjer die erna versneld in zee begon te stromen.

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Veiligheid scheppen in de chaos van het leven**

de Volkskrant

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Magazine; Blz. 60, 61, 62, 63, 64, 65

**Length:** 2329 words

**Byline:** MIRTHE BERENTSEN

**Highlight:** Pas nu, na 35 jaar in het vak, ziet kinderboekenschrijver en -illustrator Marit Törnqvist echt wat cultuur met mensen kan doen. Hét moment dus om de Zweeds-Nederlandse als gids te vragen naar haar eigen favorieten.

**Body**

Onze gids dit weekeinde

'Eigenlijk hou ik helemaal niet van lijstjes', begint de Zweeds-Nederlandse kinderboekenschrijver en -illustrator Marit Törnqvist (59) het gesprek. 'Mijn grootste inspiratiebronnen zijn mensen die op een ongebruikelijke manier harmonie vinden in hun leven of die ijzersterk zijn.'

Törnqvist gaat in haar boeken constant op zoek naar de reikwijdte van de verbeelding. Dat schrijven mensenlevens kan redden en literatuur hoop kan geven is een centraal gegeven in haar werk en leven. 'Naast mijn boeken heb ik de afgelopen jaren talloze bladzijden asielverhalen geschreven.' Ze doelt op de verhalen die gevluchte mensen in Frankrijk moeten opschrijven voor hun asielaanvraag. Törnqvist huurde een appartement in Parijs en schreef de levensverhalen op van twee jongens die in Zweden waren uitgeprocedeerd en nu hun heil zochten in Frankrijk. 'Bij het asielinterview werd ze gevraagd: 'Wie heeft dit in hemelsnaam geschreven?' Ze hebben allebei een verblijfsvergunning en vluchtelingenstatus gekregen. Daar was ik nog trotser op dan op de Zilveren Griffel.'

Die Zilveren Griffel, haar derde, won ze dit jaar met haar prentenboek Schildpad en ik, over een jongetje dat vriendschap sluit met een schildpad die zijn opa voor hem uit een ver land heeft meegenomen. Het juryrapport prijst het boek om de heldere, rake en korte zinnen, omlijst door sfeervolle illustraties. Misschien is dat wel het geheim van haar wereldwijde succes: alledaagse onderwerpen als verjaardagen, winkeltje spelen en geschaafde knieën worden moeiteloos afgewisseld met grote thema's als eenzaamheid, afscheid, rouw, afkomst en migratie. Törnqvist won talloze prijzen en werd vijftien keer genomineerd voor de Astrid Lindgren Memorial Award, vernoemd naar die andere beroemde Zweedse kinderboekenschrijver met wie ze veelvuldig samenwerkte en een dierbare vriendschap ontwikkelde.

We zitten in de keuken van haar karakteristieke huis aan de gracht in Amsterdam, die zo afkomstig zou kunnen zijn uit een van haar boeken. Chaotisch en kleurrijk op een opgeruimde manier; boekenkasten tot de nok, een werkbank vol schroeven en hout, hoog aan de muur een schilderij van haar Zweedse grootmoeder, een zelfgetimmerd kinderfornuis in de hoek.

In het atelier op zolder, waar de kerkklokken van de door haar zo vaak getekende Westerkerk naar binnen galmen, werkt Törnqvist de helft van het jaar. De andere helft is ze te vinden in 'het laatste huis van de weg', zoals ze het zelf noemt, diep in de bossen van haar geboorteland Zweden. 'Mensen denken vaak over mij en mijn werk: o ja, Zweeds, Astrid Lindgren, alles lief en schattig. Dat is onzin, het schrijven is voor mij compensatie. In mijn boeken creëer ik een overzichtelijke, geborgen wereld, waarin ik veiligheid kan scheppen in de chaos van het leven.'

Törnqvist groeide op in het Zweedse Uppsala en verhuisde op haar 5de naar Nederland. 'Opeens kwam ik in een land waar ik de taal niet sprak, de boeken, de grapjes, de televisie niet begreep. Dat was ingewikkeld. Daarom kan ik een klein beetje snappen hoe kinderen in asielzoekerscentra zich moeten voelen.' In haar bloemlezing Een boek voor jou, waarvan er in december tienduizend zullen worden uitgedeeld aan kinderen in azc's, zijn onder andere Pluk van de Petteflet, Boer Boris en Kikker vertaald in het Arabisch, Farsi, Turks, Tigrinya, Koerdisch en Somalisch. 'Het boek is als een warm welkom', zegt Törnqvist. 'Mensen zijn zo blij om een boek vast te houden en hun eigen taal en letters in dit vreemde land terug te vinden.'

De afgelopen jaren heeft Törnqvist talloze internationale projecten gedaan rondom leesbevordering, veelal met gevluchte kinderen. Zo is ze sinds 2004 nauw betrokken bij de Iraanse organisatie Read with Me die kinderen toegang geeft tot hoogwaardige boeken. 'De directeur, Zohreh Ghaeni, werd als politiek activist jarenlang gevangengehouden en daar besloot ze dat als ze er ooit levend uit zou komen, ze bij de kinderen moest beginnen.'

Inmiddels bereikt de organisatie meer dan 500 duizend Iraanse kinderen. Törnqvist doneerde de vertaalrechten van haar boeken, gaf workshops aan vele kinderen en leerkrachten en begeleidde illustratoren uit Iran. 'Soms lijkt het alsof kinderboeken niet tellen, alsof ze niet belangrijk genoeg zijn om tot de echte literatuur te behoren. Maar het zijn juist de kinderen die uiteindelijk de revolutie, de verandering, ontketenen. Het kinderboek is het ultieme paard van Troje. Het is alsof ik dit jaar, na 35 jaar in het vak, pas echt zie wat cultuur met mensen kan doen.'

Lied

Baraye, Shervin Hajipour

'Vorig jaar, na de dood van de 22-jarige Koerdisch-Iraanse Jina Mahsa Amini en de grootschalige aanhoudende protesten tegen onder meer de verplichte hoofddoek, schreef de Iraanse muzikant Shervin Hajipour dit lied, Baraye. In het Farsi betekent het 'vanwege' of 'omdat'. Elke zin in het lied begint met 'baraye' en beschrijft op schrijnende wijze de kooi waar het Iraanse volk in zit. 'Vanwege de angst om te dansen, te zoenen, vanwege de opgelegde hemel, vanwege de gevangengenomen intellectuelen...'

Het is het lied van de revolutie geworden en Hajipour is daarom ook opgepakt, maar de echo van het lied, de impact ervan is enorm. Het is miljoenen keren beluisterd, gecoverd door bekende muzikanten en won zelfs een Grammy. Ik heb er ontzettend vaak naar geluisterd in het afgelopen jaar, ik denk aan al mijn vrienden in Iran en dan realiseer ik me dat er nog een hele lange weg te gaan is voor een land dat me erg dierbaar is, maar dat er ook hoop is.'

Boek (1)

De rode vogel (1959), Astrid Lindgren

'Dit boek loopt als een rode draad door mijn leven. Als kind was het mijn lievelingsboek van Lindgren, en mijn moeder (vertaler Rita Verschuur, red.) vertaalde het naar het Nederlands. Ik vond het verhaal zo mooi, zo groots, dat ik het bijna niet durfde te illustreren toen ik daarvoor werd gevraagd. Ik wilde het niet verpesten. Het is een ongebruikelijk verhaal voor een kinderboek: het gaat over twee weeskinderen, over armoede, over een kind dat dood wil.

Het is moedig van Astrid Lindgren dat ze over het ergste durfde te schrijven. Maar als alles uitzichtloos is, komt er wel een omslagpunt, een moment van hoop in de vorm van een reddende rode vogel. We zÄ³n nu met Read with Me iets heel spannends aan het doen: we zijn dit boek naar Afghanistan aan het smokkelen. Ik krijg video's uit Kabul opgestuurd van dansende, zingende en lachende kinderen in verborgen 'huiskamerschooltjes', die met dit boek in hun handen de heuvels boven de stad af rennen.'

Muziek

Förklädd gud ('Verklede god', 1940), Lars Erik Larsson

'Dit is een heel mooi koorwerk uit mijn kindertijd, een lyrische suite, gecomponeerd in 1940 met duidelijke verwijzingen naar de Jodenvervolging. Mijn ouders draaiden het elk jaar op Oudejaarsavond, als een soort mis. Zij moesten elke keer huilen en ik vond het vreselijk. Maar het vreemde is dat ik het nu zelf elk jaar draai, stiekem en alleen, met oortjes in.

Ik ben ongelovig, omdat ik geloof dat je zelf verantwoordelijkheid moet nemen voor het leven, en ik ben bang voor de passiviteit en volgzaamheid die religie kan hebben. Maar dit prachtige gedicht van de Zweedse schrijver Hjalmar Gullberg, uit 1933, op de muziek van Larsson, is waar ik in geloof. De eerste zin is: 'Ej för de starka i världen, men de svaga' wat betekent 'Niet voor de sterken in de wereld, maar de zwakken'; aan hen is het stuk opgedragen. Soms is het leven zwaar, uitzichtloos haast, en dan kan er iemand in je leven komen die naast je gaat staan. Je probleem is dan niet opgelost, maar je leed wordt verzacht door iemand die Gullberg 'een verklede god' noemt.'

Plaats

Åsens Södergård in Småland

'Dit is de plek waar alles bij elkaar is gekomen. Toen ik 9 was, kochten mijn ouders dit huis in Småland, en we hebben daar als kinderen eindeloze zomers gespeeld, geknutseld en getekend, en in het aangrenzende meer gezwommen en geroeid. Ik was alle dagen bij de buren, broer en zus Lena en Karl-Erik die dertien koeien hadden, en die van hun ouders niet mochten trouwen en moderniseren.

Ik maakte de boerderij mee die nog was zoals in de tijd dat Astrid Lindgren opgroeide in Småland. Eigenlijk wilde ik zelf boerin worden en net als Lena zingend de koeien uit het bos halen. Maar in plaats daarvan werd deze plek - de rode huizen, de dieren en de natuur - de inspiratie voor mijn eerste boeken en de latere samenwerking en vriendschap met Astrid Lindgren, die ons daar ook bezocht.'

Boek (2)

Blir du ledsen om jag dör? ('Will You Care If I Die?', 2022), Nicolas Lunabba

'In 2021 hoorde ik de schrijver en jongerenwerker Nicolas Lunabba op de radio en ik was zo ontroerd, de tranen stroomden over mÄ³n wangen. Dat heb ik eigenlijk nooit. Zijn boek, Will You Care If I Die?, is geschreven als brief aan Elijah, een jongen die Lunabba in huis neemt om hem van de straat te houden. Eigenlijk wil Lunabba, als ultieme einzelgänger, dat helemaal niet, maar er is geen andere mogelijkheid.

Het is een hartverscheurend boek over een falend politiek systeem, de macht van de drugsmaffia, hun rekruteringen onder kinderen en de 22 kindermoorden die Lunabba als jongerenwerker heeft meegemaakt. Het staat in Zweden boven aan alle bestsellerlijsten en volgend jaar komt het in de Nederlandse vertaling uit bij De Geus. Om rekrutering van jongeren door drugscriminelen tegen te gaan, heeft Nicolas een gigantisch buurthuis opgericht in Malmö: Helamalmö. Daar begin ik deze herfst met een pilot voor een schrijf- en tekenproject met kinderen uit deze wijk.'

Documentaire

The Mind Game (2021) van Eefje Blankevoort, Els van Driel en Sajid Khan Nasiri

'Deze documentaire volgt Sajid Khan Nasiri uit Afghanistan, een van de tienduizenden kinderen die proberen veiligheid te vinden in Europa. HÄ³ is 14 jaar, en de film laat de eenzaamheid en het trauma van zijn vlucht zien. De film is het vervolg op hun vorige veelbekroonde film Shadow Game uit 2019. Een vlucht nu is onvergelijkbaar met een vlucht twintig jaar geleden. De manier waarop de Europese grenzen worden bewaakt, is extreem gewelddadig en sadistisch, kinderen worden bij elke grens gemarteld. De trauma's die kinderen aan de grenzen met Europa oplopen, zijn soms groter dan hun oorlogstrauma's. In The Mind Game ligt de nadruk vooral op wat er na aankomst gebeurt; het wachten, het niet worden geloofd, de dreiging van uitzetting. Dit verhaal kan niemand onberoerd laten.'

Boek (3)

The Emigrants (1949), Vilhelm Moberg

'Deze roman laat helder zien dat migratiebewegingen van alle tÄ³den zijn. Vanwege de enorme armoede in Zweden vertrokken rond 1850 een miljoen mensen naar de Verenigde Staten. Dat was 20 procent van de Zweedse bevolking. Vandaag de dag zouden we ze gelukszoekers noemen, mensen op zoek naar een beter leven. Ik was een periode geobsedeerd door dit boek en ging in archieven alle brieven lezen die de emigranten naar huis schreven. We vergeten de geschiedenis zo snel, dat is heel gevaarlijk.

Zo veel in dit boek gaat over het verdriet van het weggaan en het verlangen naar het thuis dat je hebt verlaten. Dat begrijp ik heel goed, dat diepe verlangen om in het Zweedse landschap te zijn. Helaas is het land meer dan de prachtige natuur en zijn de verschuivingen naar een extreem-rechtse politiek in Zweden op dit moment doodeng. Ik herken mijn vaderland amper.'

Natuur

Rots bij Vättern

'Ik moet soms actief denken aan manieren hoe ik mezelf tot rust kan brengen. In Zuid-Zweden, bij het Vättermeer, is een prachtige platte rots die na een zonnige dag warm nagloeit; dat is een plek waar ik graag heen ga als ik me wiebelig voel of gewoon rust in mijn hoofd wil. Ik zit niet bij een yogaclub ofzo, dus ik ga naar die rots die er in de ijstijd al was en waar de golven nog net zo tegenaan klotsen. De natuur is troostend, helpt je om te bedaren en tot jezelf te komen. De Zweedse natuur speelt sowieso een belangrijke rol in mijn werk. Deze rots is de plaats in mijn boek Het gelukkige eiland waar het meisje haar gedachten kan ordenen en haar leven kan vormgeven.'

Speelgoed

Zelfgemaakte poppenhuizen

'Als kind speelde ik vaak bij een vriendinnetje thuis en zij hadden een paar prachtige ouderwetse poppenhuizen, zo mooi als die in het Rijksmuseum in Amsterdam. Daar is mijn fascinatie voor poppenhuizen begonnen. Als kind heb ik zelf ook veel poppenhuizen gebouwd, en eigenlijk doe ik het nog steeds. Zowel in mijn boeken als in mijn huis, overal bouw ik kleine fantasiewerelden. Zoals hier in de keuken in Amsterdam, waar ik twee keukenkastjes heb omgebouwd tot een poppenhuis en een winkeltje. Toen mijn twee dochters nog klein waren, hebben we met z'n allen een enorm poppenhuis gebouwd in ons huis in Zweden. In die kleine kamers kun je het leven zelf naspelen, naar wens vormgeven, inrichten en overzichtelijk maken.'

**Cv Marit Törnqvist**

19 januari 1964 Geboren in Uppsala, Zweden.

1982-1987 Gerrit Rietveld Academie in Amsterdam.

1989 Een kalf valt uit de hemel (eerste prentenboek met Astrid Lindgren).

1994-1996 Decorontwerp van kindermuseum Junibacken in Stockholm.

1995 Zilveren Griffel voor Klein verhaal over liefde.

2002 Kinderboekwinkelprijs voor Jij bent de liefste, met Hans en Monique Hagen.

2006 Gouden Penseel voor illustraties Pikkuhenki, van Toon Tellegen.

2011 Gouden Plaquette BIB Bratislava voor Wat niemand had verwacht.

2014 Fabians feest, prentenboek ter gelegenheid van de Kinderboekenweek.

2016 Shortlist Hans Christian Andersen Award 2016.

2018 Tentoonstelling Artist Forum in Teheran, Iran.

2018 Boekenpauw voor Het gelukkige eiland, België.

2018 Zilveren Griffel voor Het gelukkige eiland.

2019 Overzichtstentoonstelling Astrid Lindgrens Näs, Vimmerby.

'Het kinderboek is het ultieme paard van Troje'

'Het is moedig van Astrid Lindgren dat ze over het ergste durft te schrijven'

'De natuur is troostend, helpt je om te bedaren en tot jezelf te komen'

'Ik heb twee keukenkastjes omgebouwd tot een poppenhuis en een winkeltje'

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 60, pagina 61, pagina 62, pagina 63, pagina 64, pagina 65

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Hoe het had kunnen zijn**

Het Parool

28 oktober 2023 zaterdag

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Section:** Reportage; Blz. 22, 23, 24, 25, 26, 27

**Length:** 2594 words

**Byline:** TOM GROSFELD

**Highlight:** Als je jong bent, kan het leven nog alle kanten opgaan. Maar dan komt het moment dat je om je heen kijkt en twee levens ziet: dat wat je leidt en dat wat je had kúnnen leiden. Journalist Tom Grosfeld (29, huis, vrouw, twee jonge kinderen) overziet zijn ongeleefde leven.

**Body**

Hoeveel verhalen kun je vertellen over een man van 29? Ik weet er alvast één: ik word elke dag tussen vijf en zes uur 's ochtends wakker gemaakt door mijn zoon, die heel hard 'papaaaa' roept en daar pas mee stopt wanneer ik, nadat ik mijn kleren van de vorige dag bijeengeraapt heb en de zoldertrap ben afgerend, in zijn kamer sta. Twee uur later breng ik hem, samen met mijn andere zoon, naar de kinderopvang. Dan loop ik weer naar huis. Ik werk van ongeveer negen tot precies vijf uur, maak het avondeten klaar, breng met mijn vrouw de kinderen naar bed, ruim de ravage rond de eettafel en ver daarbuiten op, sla een boek open en ga dan, wanneer mijn oogleden tot mijn grote teleurstelling om iets na negenen al naar beneden vallen alsof er een baksteen aan vastgeknoopt is, zelf ook naar bed.

In een ander leven zou ik een man van 29 zijn die een klein appartement in de binnenstad huurt. Ik zou af en toe een vriendin hebben, maar meestal alleen zijn. Uren achtereen ongestoord lezen, schrijven. Op doordeweekse avonden doorzakken met vrienden, te veel wijn drinken, op een huisfeest belanden, wakker worden en even niet weten waar ik ben en ben geweest. Anderen zouden naar me kijken en zeggen: 'Dat is iemand die weet wat vrijheid is. Hij is ongebonden.' Ik zou geen vaste vorm aannemen, nooit stollen, maar vloeibaar blijven als kwik, zwerven, mezelf over de stad uitsmeren, nu eens hiernaartoe, dan eens daar, en vaker overal en nergens tegelijk zijn.

Om me heen gaat het vaak over dolende dertigers of het dertigersdilemma: last hebben van de enorme hoeveelheid keuzes die het leven biedt, bedolven raken onder alle richtingen waarin je je kunt bewegen. Waar het nauwelijks over gaat, en waar volgens mij minstens zo veel dertigers dan wel ouders met jonge kinderen mee geconfronteerd worden, is het tegenovergestelde. Dat niet zo heel lang geleden alles nog open lag en dan ineens, je knippert met je ogen, lijkt het of het leven zich heeft vastgeschroefd. Het carrièrepad ligt vast, er is iemand met wie je getrouwd bent, een huis is gekocht, kinderen zijn gekomen.

Dan ga je vanzelf nadenken over hoe het leven óók had kunnen lopen. De Britse psychoanalyticus Adam Phillips schrijft in zijn boek Het ongeleefde leven dat iedereen twee levens leidt: ons feitelijke leven en het leven dat we graag zouden willen leiden en waarover we fantaseren. Dat ongeleefde leven beïnvloedt hoe we ons voelen, vormt ons zelfs gedeeltelijk. Alsof we het altijd met ons meetorsen, dag in, dag uit.

Het voelt voor mij alsof ik me steeds vaker niet alleen tot mijn werkelijke leven moet verhouden, maar ook tot de steeds scherper wordende contouren van een ander bestaan. Voorheen kreeg de inkt daarvan geen kans om te drogen, omdat het nog mogelijk was om de fantasieën over hoe het zou kunnen in te voegen in mijn werkelijke bestaan. Ik kon alles nog overhoop gooien, keuzes herzien, andere paden inslaan, aan mezelf schaven en sleutelen tot ik de persoon was die ik zou willen worden - althans, in theorie.

Er komt een ogenblik waarop je beseft dat je jezelf niet langer voor de gek kunt houden. Je ervaart voor het eerst hoe een ander leven zich van je werkelijke leven lostrekt, zich ernaast installeert als een dubbelleven, omdat bepaalde mogelijkheden en verlangens - in het buitenland wonen, een studie filosofie, voor je dertigste een roman schrijven, ervaren hoe het voelt om alleen in de grote stad te wonen - niet meer voor het grijpen liggen. Het leven is doorgedenderd.

Volgens mij roept het ongeleefde leven daarom vaak gevoelens op van weemoed of zelfs melancholie. Je verlangt niet per se naar een béter leven, een leven dat je zou willen leiden in plaats van je huidige, maar naar de periode waarin het nog als maakbaar voelde, je alle kanten op kon stuiteren, al je potentie nog te verzilveren was.

Vanuit dat startpunt fantaseer je verder, probeer je de bewegingsvrijheid die ooit vanzelfsprekend bij je hoorde te reanimeren, knip je flarden uit het verleden en plak je ze in het heden, of een stukje voor je uit, de toekomst in. De Franse schrijfster Annie Ernaux schetst dat gevoel in haar roman De jaren, wanneer ze als jonge moeder terugblikt op de tijd dat ze alleen in de stad woonde en op straat rondzwierf met de sensatie 'alsof haar ikken daar bleven voortbestaan' - 'Verleden en toekomst hebben zich als het ware omgedraaid, het verleden en niet de toekomst is nu het object van verlangen.'

Ik zie het opdoemen van mijn ongeleefde leven niet noodzakelijkerwijs als teken dat ik ongelukkig ben, spijt heb van gemaakte keuzes of heimelijk zou willen ontsnappen uit het bestaan en een ander, bevredigender leven zou willen leiden. Ik fantaseer over vrijheid, maar zou verdrinken als de vaste ankerpunten uit mijn leven zouden worden geslagen. Ik ben niet goed in alleen zijn en wist op jonge leeftijd al dat ik zo snel mogelijk kinderen wilde. Daarom ziet mijn leven eruit zoals het eruitziet. Ik hou van dagen die zichzelf herhalen, voorspelbaar zijn. Heb niet meer nodig dan de aanblik van mijn kinderen die samen spelen, of van mijn vrouw die naast me in een diepe slaap verzonken ligt.

Maar dat betekent niet dat het niet interessant is om te fantaseren over hoe het leven óók had kunnen lopen. En te merken hoe dat ongeleefde leven zich vrij plotseling kan nestelen in je bestaan, je zelfs in zijn greep kan houden. Is het niet vreemd dat we zo vaak nadenken over het leven dat we ní­ét leiden, over een parallel leven dat nooit heeft plaatsgevonden?

Mijn ongeleefde leven is onderdeel van wie ik ben, zoals Phillips ook schrijft, en ik moet me er op een bepaalde manier toe verhouden. Alleen weet ik nog niet hoe.

Mensen fantaseren al millennia over een beter bestaan - al dan niet na de dood - dan ze was toebedeeld. Maar de gewaarwording van een levensloop die binnen handbereik lag, maar die we hebben afgeslagen, is een relatief nieuw verschijnsel. Of in ieder geval een praktijk die is meegegroeid met de toegenomen vrijheid - en daarmee verwachtingen - van het westerse individu. Om je een parallel leven te kunnen voorstellen, moet je je eigen levenspad hebben kunnen kiezen en moet je je bestaan tot op zekere hoogte zelf kunnen vormgeven.

In de jaren zestig van de vorige eeuw werd dat voor het eerst een realiteit voor massa's mensen. Velen geloofden niet meer in een hiernamaals en raakten ervan doordrongen dat ze maar één leven hadden, waar ze alles uit moesten halen. De Amerikaanse schrijver Tom Wolfe noemt dit verschijnsel in zijn beroemde essay uit 1976 voor New York Magazine 'de geboorte van het ik-tijdperk'. Hij haalt een slogan aan die een copywriter in 1961 voor een reclamebureau bedacht: 'Als ik maar één leven heb, laat me dan als blondine leven.'

En zo, schrijft Wolfe, kun je telkens iets anders invullen achter de puntjes: 'Als ik maar één leven heb, laat me dan leven als een...' Verzin maar iets.

Als het normaal wordt om te verlangen naar een specifieke manier van leven, en reclames voorschrijven hoe je jezelf kunt kneden en bewerken tot je in de krappe mal van een zogenaamd volmaakt leven past, dan duurt het vermoedelijk ook niet lang voor je je bewust wordt van alle levens die aan je voorbijgaan.

Dat lijkt me kenmerkend voor deze tijd: er is een explosie aan keuzemogelijkheden, maar de verhouding tussen dat wat we meemaken en missen wordt alleen maar ongunstiger. De Duitse socioloog Hartmut Rosa noemt dat zelfs de tragiek van de moderne mens. We kunnen makkelijker dan ooit nieuwe ervaringen opdoen, proeven van verschillende inrichtingen van ons bestaan. Onze levens- en wereldhonger wordt echter niet bevredigd, maar juist in toenemende mate gefrustreerd.

Zoals Phillips schrijft: 'We raken op een nieuwe manier geobsedeerd door wat we allemaal missen in ons leven.'

Op een vrijdagavond ga ik met vrienden en mijn vrouw naar Kaap Amsterdam, volgens de website een 'vrijhaven van ongeremd vertier' en dat blijkt inderdaad zo te zijn. We worden omringd door dertigers en veertigers voorzien van woeste baarden of gehesen in glitterpakjes. Wildeburgtypes die in een ecstatic-dancevibe door de ruimte dansen, rollen en kruipen. Ze belichamen een leven dat gezien kan worden als tegenovergesteld aan het mijne: ongebonden, chaotisch en vermoedelijk doordrenkt met drank en drugs.

Mijn vrouw en ik zitten nuchter aan een tafeltje in de hoek, weggedoken voor deze explosie van afstotende en jaloersmakende absurditeit. Het herinnert me aan de voorpret die ik als tiener beleefde aan het naderen van de adolescentie; hoe ik verlangde naar de vrijheid die in dat leven besloten leek te liggen. Volwassen worden, meer mogen, maar niet vastzitten aan verantwoordelijkheden. Ik dacht toen nog dat ik dat bestaan voor altijd zou willen vasthouden, het beschermen tegen invloeden van buitenaf. Niet veel later ruilde ik het in voor een leven met meer kaders. Mijn ongeleefde leven is het leven waarin ik de keuze maak om dat niet te doen.

Het illustreert voor mij de spanning die onze invulling van wat vrijheid zou moeten zijn met zich meebrengt. Van jongs af aan krijg je de aanmoediging om te streven naar een zo vrij mogelijk bestaan. Maar naarmate je ouder wordt, kan vrijheid meer gaan aanvoelen als een last, omdat het moeilijk is om je weg te vinden door keuzes en mogelijkheden als ze eindeloos zijn. Zoals Erich Fromm in 1941 al schreef in De angst voor vrijheid: 'De mens heeft naast zijn aangeboren verlangen naar vrijheid ook een instinctieve drang naar onderwerping.' We willen bevrijd worden van onze vrijheid.

Dertigers zitten gemiddeld genomen in een levensfase waarin het gestoei met hun vrijheid, via hun ongeleefde leven, naar de oppervlakte wordt getild: of ze hebben er te veel van, en lijken te verdrinken in een poel van mogelijkheden en verlangen naar meer vastigheid en burgerlijkheid, of ze voelen zich begrensd, alsof ze vastzitten in een knoop die met geen mogelijkheid ontrafeld kan worden, en fantaseren over meer bewegingsruimte.

Die worsteling komt treffend naar voren in Les chemins de la liberté (De wegen der vrijheid), de driedelige roman van de Franse filosoof Jean-Paul Sartre uit de late jaren veertig, waarin dertiger Mathieu Delarue er alles aan doet om zo vrij en ongebonden mogelijk door het leven te gaan, en dus ook weigert met zijn vriendin te trouwen. 'Wanneer ik niet zou proberen mijn bestaan voor eigen rekening te nemen, dan zou ik het leven absurd vinden,' zegt hij tegen haar, waarop zij antwoordt: 'Ik heb het niet zo hard nodig om vrij te zijn.'

Na verloop van tijd ontdekt Mathieu dat die zogenaamde 'absolute vrijheid' waarschijnlijk niet tot meer vrijheid leidt dan wanneer hij zich zou binden. 'Je bent niet vrij omdat je een vrouw in de steek laat,' zegt hij later tegen een bekende. Volgens de filosofie van Sartre zijn we 'veroordeeld' tot vrijheid, in de zin dat we altijd verantwoordelijk zijn voor wat we doen, en dus nooit kunnen ontsnappen aan onze vrijheid.

De gangen van Mathieu zijn op meerdere manieren te interpreteren en uit te leggen. Ik lees er vooral in dat hij denkt een duidelijk omlijnd idee te hebben van wat vrijheid is, maar vervolgens ontdekt dat vrijheid niet zozeer draait om het afweren van zoveel mogelijk externe invloeden, maar meer gaat over de vraag of je weet hoe je je leven wil inrichten en of je daarnaar kunt en wil handelen. Iemand die getrouwd is en kinderen heeft kan dus (maar hoeft niet) vrijer zijn dan iemand die zich nergens aan wil committeren (maar niet weet wat hij dan wél wil).

Waarom oefenen de levens van de mensen die ik trof bij De Kaap, net als het leven van Mathieu, zo'n aantrekkingskracht op me uit? Zijn het uitingen van mijn ongeleefde leven? Iedereen die me een beetje kent, weet dat het niets voor mij is: ik lees 's avonds liever een boek dan dat ik naar een feest ga, was al snel uitgekeken op 'die eeuwige stoelendans doen in de stamkroeg,' zoals Typhoon rapt op Drieluik.

De Amerikaanse schrijfster Katie Roiphe observeerde in haar essaybundel Lof van het rommelige leven (2013) dat het type mens dat zomaar wat aanrommelt en zichzelf regelmatig in de chaos stort, plaatsmaakt voor het georganiseerde, gereglementeerde en voorspelbare type. Eigenlijk zegt ze: we worden tegenwoordig al op jonge leeftijd best wel saai.

Dat is dan ook de reden dat series als Mad Men, waarin de personages te veel drinken, te veel roken en naar bed gaan met getrouwde collega's ons zo fascineren, schrijft Roiphe. We voelen een 'knagende weemoed', een zweem van verlangen naar die 'stijlvol ogende chaos'. We willen leven zoals zij, maar staan er in werkelijkheid mijlenver vandaan.

Misschien is dat wel de reden dat we hun rommeligheid en losbandigheid laten voortbestaan in onze ongeleefde levens, als een fantasie waarvan we weten dat ze nooit werkelijkheid zal worden, dat ook niet per se willen, maar waarin het wel heerlijk zwelgen is.

Wat zegt mijn ongeleefde leven dan uiteindelijk over het werkelijke? Dat blijft gissen. Zelfs Phillips weet niet precies hoe die twee elkaar beïnvloeden. Wat hij wel weet, is dat we ons leven nu eenmaal delen met de mensen die we nooit zijn geworden. Sterker nog, schrijft hij: we kunnen ons geen voorstelling maken van ons leven zonder daar de ongeleefde levens bij te betrekken. 'We hebben onontkoombaar het gevoel, al zit dat nog zo diep weggestopt, dat het leven dat we leiden mede wordt beïnvloed door de levens die aan onze neus voorbijgaan. Dat ons leven wordt gedefinieerd door verlies, maar verlies van wat geweest had kunnen zijn, dat wil zeggen: het verlies van ervaringen die we nooit hebben gehad.'

Dat is ergens niet vreemd: we verlangen niet naar wat we al hebben of wat binnen ons bereik ligt, maar juist naar wat er niet is, zelfs als we eigenlijk wel weten dat we het niet daadwerkelijk willen bezitten. Dus fantaseren we over de ervaringen, dingen en mensen die ontbreken.

Maar wat moeten we dan met dat ongeleefde leven? Ik kan me voorstellen dat het voor sommige mensen waardevol is om hun werkelijke leven via hun ongeleefde leven te analyseren. Misschien vergaar je zo meer zelfinzicht, kom je erachter dat je niet alleen vrijblijvend fantaseert, maar ook daadwerkelijk iets mist in je leven, waarna je er ruimte voor kunt inbouwen. Zo kun je als het ware snippers van je ongeleefde leven verweven in je werkelijke leven en zo leren om, in de woorden van Phillips, te bestaan in de zone tussen het leven dat je leidt en het leven dat je zou wí­llen leiden.

Of je doet er, zoals ik, niets mee. Phillips schrijft dat alleen het fantaseren over onze ongeleefde levens al heilzaam kan zijn. 'We maken ons leven aangenaam en daarmee draaglijk door ons voor te stellen hoe dat leven eruit zou kúnnen zien. Die boeiende fantasielevens zijn een vorm van zelfhulp, een remedie.'

We leven in de schaduw van wat we missen, maar door te fantaseren over alles wat we niet meemaken, door dat ongeleefde, geïdealiseerde leven voor ons te zien, het voorbij te laten glijden in onze dagdromen, wordt alle frustratie, al het gevoel van gemis, als het ware uitgegumd. Het is misschien wel de mooiste boodschap uit het boek. Ik denk er regelmatig aan wanneer ik naast het bed van mijn zoon zit, mijn 'ongebonden ik' voel meekijken over mijn schouder en we samen wachten tot hij in slaap valt. Ik bedenk dan: ik hoef nergens anders te zijn. Alleen maar mijn verbeelding zijn gang te laten gaan.

Je knippert met je ogen en het lijkt alsof het leven zich heeft vastgeschroefd

Iemand die getrouwd is kan vrijer zijn dan iemand die zich nergens aan wil committeren

Bekijk de oorspronkelijke pagina: pagina 22, pagina 23, pagina 24, pagina 25, pagina 26, pagina 27

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Tom (29, huis, vrouw, kinderen) over zijn ongeleefde leven: ‘Anderen zouden naar me kijken en zeggen: dat is iemand die weet wat vrijheid is’**

Het Parool.nl

28 oktober 2023 zaterdag 01:00 AM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 2594 words

**Byline:** Tom Grosfeld

**Body**

Als je jong bent, kan het leven nog alle kanten opgaan. Maar dan komt het moment dat je om je heen kijkt en twee levens ziet: dat wat je leidt en dat wat je had kúnnen leiden. Journalist Tom Grosfeld (29, huis, vrouw, twee jonge kinderen) overziet zijn ongeleefde leven.

Hoeveel verhalen kun je vertellen over een man van 29? Ik weet er alvast één: ik word elke dag tussen vijf en zes uur ’s ochtends wakker gemaakt door mijn zoon, die heel hard ‘papaaaa’ roept en daar pas mee stopt wanneer ik, nadat ik mijn kleren van de vorige dag bijeengeraapt heb en de zoldertrap ben afgerend, in zijn kamer sta. Twee uur later breng ik hem, samen met mijn andere zoon, naar de kinderopvang. Dan loop ik weer naar huis. Ik werk van ongeveer negen tot precies vijf uur, maak het avondeten klaar, breng met mijn vrouw de kinderen naar bed, ruim de ravage rond de eettafel en ver daarbuiten op, sla een boek open en ga dan, wanneer mijn oogleden tot mijn grote teleurstelling om iets na negenen al naar beneden vallen alsof er een baksteen aan vastgeknoopt is, zelf ook naar bed.

In een ander leven zou ik een man van 29 zijn die een klein appartement in de binnenstad huurt. Ik zou af en toe een vriendin hebben, maar meestal alleen zijn. Uren achtereen ongestoord lezen, schrijven. Op doordeweekse avonden doorzakken met vrienden, te veel wijn drinken, op een huisfeest belanden, ­wakker worden en even niet weten waar ik ben en ben geweest. Anderen zouden naar me kijken en zeggen: ‘Dat is iemand die weet wat vrijheid is. Hij is ongebonden.’ Ik zou geen vaste vorm aannemen, nooit stollen, maar vloeibaar blijven als kwik, zwerven, mezelf over de stad uitsmeren, nu eens hiernaartoe, dan eens daar, en vaker overal en nergens tegelijk zijn.

Om me heen gaat het vaak over dolende dertigers of het dertigersdilemma: last hebben van de enorme hoeveelheid keuzes die het leven biedt, bedolven raken onder alle richtingen waarin je je kunt bewegen. Waar het nauwelijks over gaat, en waar volgens mij minstens zo veel ­dertigers dan wel ouders met jonge kin­deren mee geconfronteerd worden, is het tegenovergestelde. Dat niet zo heel lang geleden alles nog open lag en dan ineens, je knippert met je ogen, lijkt het of het leven zich heeft vastgeschroefd. Het ­carrièrepad ligt vast, er is iemand met wie je getrouwd bent, een huis is gekocht, kinderen zijn gekomen.

Dan ga je vanzelf nadenken over hoe het leven óók had kunnen lopen. De Britse psychoanalyticus Adam Phillips schrijft in zijn boek Het ongeleefde leven dat iedereen twee levens leidt: ons feitelijke leven en het leven dat we graag zouden willen leiden en waarover we fantaseren. Dat ongeleefde leven beïnvloedt hoe we ons voelen, vormt ons zelfs gedeeltelijk. Alsof we het altijd met ons meetorsen, dag in, dag uit.

Het voelt voor mij alsof ik me steeds vaker niet alleen tot mijn werkelijke leven moet verhouden, maar ook tot de steeds scherper wordende contouren van een ander bestaan. Voorheen kreeg de inkt daarvan geen kans om te drogen, omdat het nog mogelijk was om de fantasieën over hoe het zou kunnen in te voegen in mijn werkelijke bestaan. Ik kon alles nog overhoop gooien, keuzes herzien, andere paden inslaan, aan mezelf schaven en sleutelen tot ik de persoon was die ik zou willen worden – althans, in theorie.

Er komt een ogenblik waarop je beseft dat je jezelf niet langer voor de gek kunt houden. Je ervaart voor het eerst hoe een ander leven zich van je werkelijke leven lostrekt, zich ernaast installeert als een dubbelleven, omdat bepaalde mogelijk­heden en verlangens – in het buitenland wonen, een studie filosofie, voor je dertigste een roman schrijven, ervaren hoe het voelt om alleen in de grote stad te wonen – niet meer voor het grijpen liggen. Het leven is doorgedenderd.

Volgens mij roept het ongeleefde leven daarom vaak gevoelens op van weemoed of zelfs melancholie. Je verlangt niet per se naar een béter leven, een leven dat je zou willen leiden in plaats van je huidige, maar naar de periode waarin het nog als maakbaar voelde, je alle kanten op kon stuiteren, al je potentie nog te verzilveren was.

Vanuit dat startpunt fantaseer je verder, probeer je de bewegingsvrijheid die ooit vanzelfsprekend bij je hoorde te reanimeren, knip je flarden uit het verleden en plak je ze in het heden, of een stukje voor je uit, de toekomst in. De Franse schrijfster Annie Ernaux schetst dat gevoel in haar roman De jaren, wanneer ze als jonge ­moeder terugblikt op de tijd dat ze alleen in de stad woonde en op straat rondzwierf met de sensatie ‘alsof haar ikken daar bleven voortbestaan’ – ‘Verleden en toekomst hebben zich als het ware omgedraaid, het verleden en niet de toekomst is nu het object van verlangen.’

Ik zie het opdoemen van mijn ongeleefde leven niet noodzakelijkerwijs als teken dat ik ongelukkig ben, spijt heb van gemaakte keuzes of heimelijk zou willen ontsnappen uit het bestaan en een ander, bevredigender leven zou willen leiden. Ik fantaseer over vrijheid, maar zou verdrinken als de vaste ankerpunten uit mijn leven zouden worden geslagen. Ik ben niet goed in alleen zijn en wist op jonge leeftijd al dat ik zo snel mogelijk kinderen wilde. Daarom ziet mijn leven eruit zoals het eruitziet. Ik hou van dagen die zichzelf herhalen, voorspelbaar zijn. Heb niet meer nodig dan de aanblik van mijn kinderen die samen spelen, of van mijn vrouw die naast me in een diepe slaap verzonken ligt.

Maar dat betekent niet dat het niet ­interessant is om te fantaseren over hoe het leven óók had kunnen lopen. En te merken hoe dat ongeleefde leven zich vrij plotseling kan nestelen in je bestaan, je zelfs in zijn greep kan houden. Is het niet vreemd dat we zo vaak nadenken over het leven dat we níét leiden, over een parallel leven dat nooit heeft plaats­gevonden?

Mijn ongeleefde leven is onderdeel van wie ik ben, zoals Phillips ook schrijft, en ik moet me er op een bepaalde manier toe verhouden. Alleen weet ik nog niet hoe.

Mensen fantaseren al millennia over een beter bestaan – al dan niet na de dood – dan ze was toebedeeld. Maar de gewaarwording van een levensloop die binnen handbereik lag, maar die we hebben ­afgeslagen, is een relatief nieuw ver­schijnsel. Of in ieder geval een praktijk die is meegegroeid met de toegenomen vrijheid – en daarmee verwachtingen – van het westerse individu. Om je een parallel leven te kunnen voorstellen, moet je je eigen levenspad hebben kunnen kiezen en moet je je bestaan tot op zekere hoogte zelf kunnen vormgeven.

In de jaren zestig van de vorige eeuw werd dat voor het eerst een realiteit voor massa’s mensen. Velen geloofden niet meer in een hiernamaals en raakten ervan doordrongen dat ze maar één leven hadden, waar ze alles uit moesten halen. De Amerikaanse schrijver Tom Wolfe noemt dit verschijnsel in zijn beroemde essay uit 1976 voor New York Magazine ‘de geboorte van het ik-­tijdperk’. Hij haalt een slogan aan die een copywriter in 1961 voor een reclamebureau bedacht: ‘Als ik maar één leven heb, laat me dan als blondine leven.’

En zo, schrijft Wolfe, kun je telkens iets anders invullen achter de puntjes: ‘Als ik maar één leven heb, laat me dan leven als een...’ Verzin maar iets.

Als het normaal wordt om te verlangen naar een specifieke manier van leven, en reclames voorschrijven hoe je jezelf kunt kneden en bewerken tot je in de krappe mal van een zogenaamd volmaakt leven past, dan duurt het vermoedelijk ook niet lang voor je je bewust wordt van alle levens die aan je voorbijgaan.

Dat lijkt me kenmerkend voor deze tijd: er is een explosie aan keuzemogelijkheden, maar de verhouding tussen dat wat we meemaken en missen wordt alleen maar ongunstiger. De Duitse socioloog Hartmut Rosa noemt dat zelfs de tragiek van de moderne mens. We kunnen makkelijker dan ooit nieuwe ervaringen opdoen, proeven van verschillende inrichtingen van ons bestaan. Onze levens- en wereldhonger wordt echter niet bevredigd, maar juist in toenemende mate gefrustreerd.

Zoals Phillips schrijft: ‘We raken op een nieuwe manier geobsedeerd door wat we allemaal missen in ons leven.’

Op een vrijdagavond ga ik met vrienden en mijn vrouw naar Kaap Amsterdam, ­volgens de website een ‘vrijhaven van ongeremd vertier’ en dat blijkt inderdaad zo te zijn. We worden omringd door der­tigers en veertigers voorzien van woeste baarden of gehesen in glitterpakjes. Wildeburgtypes die in een ecstatic-dancevibe door de ruimte dansen, rollen en kruipen. Ze belichamen een leven dat gezien kan worden als tegenovergesteld aan het mijne: ongebonden, chaotisch en vermoedelijk doordrenkt met drank en drugs.

Mijn vrouw en ik zitten nuchter aan een tafeltje in de hoek, weggedoken voor deze explosie van afstotende en jaloers­makende absurditeit. Het herinnert me aan de voorpret die ik als tiener beleefde aan het naderen van de adolescentie; hoe ik verlangde naar de vrijheid die in dat leven besloten leek te liggen. Volwassen worden, meer mogen, maar niet vastzitten aan verantwoordelijkheden. Ik dacht toen nog dat ik dat bestaan voor altijd zou willen vasthouden, het beschermen tegen invloeden van buitenaf. Niet veel later ruilde ik het in voor een leven met meer kaders. Mijn ongeleefde leven is het leven waarin ik de keuze maak om dat niet te doen.

Het illustreert voor mij de spanning die onze invulling van wat vrijheid zou moeten zijn met zich meebrengt. Van jongs af aan krijg je de aanmoediging om te streven naar een zo vrij mogelijk bestaan. Maar naarmate je ouder wordt, kan vrijheid meer gaan aanvoelen als een last, omdat het moeilijk is om je weg te vinden door keuzes en mogelijkheden als ze eindeloos zijn. Zoals Erich Fromm in 1941 al schreef in De angst voor vrijheid: ‘De mens heeft naast zijn aangeboren verlangen naar ­vrijheid ook een instinctieve drang naar onderwerping.’ We willen bevrijd worden van onze vrijheid.

Dertigers zitten gemiddeld genomen in een levensfase waarin het gestoei met hun vrijheid, via hun ongeleefde leven, naar de oppervlakte wordt getild: of ze hebben er te veel van, en lijken te verdrinken in een poel van mogelijkheden en verlangen naar meer vastigheid en burger­lijkheid, of ze voelen zich begrensd, alsof ze vastzitten in een knoop die met geen mogelijkheid ontrafeld kan worden, en fantaseren over meer bewegingsruimte.

Die worsteling komt treffend naar voren in Les chemins de la liberté (De wegen der vrijheid), de driedelige roman van de Franse filosoof Jean-Paul Sartre uit de late jaren veertig, waarin dertiger Mathieu Delarue er alles aan doet om zo vrij en ongebonden mogelijk door het leven te gaan, en dus ook weigert met zijn vriendin te trouwen. ‘Wanneer ik niet zou proberen mijn bestaan voor eigen rekening te nemen, dan zou ik het leven absurd vinden,’ zegt hij tegen haar, waarop zij antwoordt: ‘Ik heb het niet zo hard nodig om vrij te zijn.’

Na verloop van tijd ontdekt Mathieu dat die zogenaamde ‘absolute vrijheid’ waarschijnlijk niet tot meer vrijheid leidt dan wanneer hij zich zou binden. ‘Je bent niet vrij omdat je een vrouw in de steek laat,’ zegt hij later tegen een bekende. ­Volgens de filosofie van Sartre zijn we ‘­veroordeeld’ tot vrijheid, in de zin dat we altijd verantwoordelijk zijn voor wat we doen, en dus nooit kunnen ontsnappen aan onze vrijheid.

De gangen van Mathieu zijn op meer­dere manieren te interpreteren en uit te leggen. Ik lees er vooral in dat hij denkt een duidelijk omlijnd idee te hebben van wat vrijheid is, maar vervolgens ontdekt dat vrijheid niet zozeer draait om het afweren van zoveel mogelijk externe invloeden, maar meer gaat over de vraag of je weet hoe je je leven wil inrichten en of je daarnaar kunt en wil handelen. Iemand die getrouwd is en kinderen heeft kan dus (maar hoeft niet) vrijer zijn dan iemand die zich nergens aan wil committeren (maar niet weet wat hij dan wél wil).

Waarom oefenen de levens van de mensen die ik trof bij De Kaap, net als het leven van Mathieu, zo’n aantrekkingskracht op me uit? Zijn het uitingen van mijn ongeleefde leven? Iedereen die me een beetje kent, weet dat het niets voor mij is: ik lees ’s avonds liever een boek dan dat ik naar een feest ga, was al snel uitgekeken op ‘die eeuwige stoelendans doen in de stamkroeg,’ zoals Typhoon rapt op Drieluik.

De Amerikaanse schrijfster Katie ­Roiphe observeerde in haar essaybundel Lof van het rommelige leven (2013) dat het type mens dat zomaar wat aanrommelt en zichzelf regelmatig in de chaos stort, plaatsmaakt voor het georganiseerde, gereglementeerde en voorspelbare type. Eigenlijk zegt ze: we worden tegenwoordig al op jonge leeftijd best wel saai.

Dat is dan ook de reden dat series als Mad Men, waarin de personages te veel drinken, te veel roken en naar bed gaan met getrouwde collega’s ons zo fascineren, schrijft Roiphe. We voelen een ‘knagende weemoed’, een zweem van verlangen naar die ‘stijlvol ogende chaos’. We willen leven zoals zij, maar staan er in werkelijkheid mijlenver vandaan.

Misschien is dat wel de reden dat we hun rommeligheid en losbandigheid laten voortbestaan in onze ongeleefde levens, als een fantasie waarvan we weten dat ze nooit werkelijkheid zal worden, dat ook niet per se willen, maar waarin het wel heerlijk zwelgen is.

Wat zegt mijn ongeleefde leven dan uit­eindelijk over het werkelijke? Dat blijft ­gissen. Zelfs Phillips weet niet precies hoe die twee elkaar beïnvloeden. Wat hij wel weet, is dat we ons leven nu eenmaal delen met de mensen die we nooit zijn geworden. Sterker nog, schrijft hij: we kunnen ons geen voorstelling maken van ons leven zonder daar de ongeleefde levens bij te betrekken. ‘We hebben onontkoombaar het gevoel, al zit dat nog zo diep weggestopt, dat het leven dat we leiden mede wordt beïnvloed door de levens die aan onze neus voorbijgaan. Dat ons leven wordt gedefinieerd door verlies, maar ­verlies van wat geweest had kunnen zijn, dat wil zeggen: het verlies van ervaringen die we nooit hebben gehad.’

Dat is ergens niet vreemd: we verlangen niet naar wat we al hebben of wat binnen ons bereik ligt, maar juist naar wat er niet is, zelfs als we eigenlijk wel weten dat we het niet daadwerkelijk willen bezitten. Dus fantaseren we over de ervaringen, dingen en mensen die ontbreken.

Maar wat moeten we dan met dat ­ongeleefde leven? Ik kan me voorstellen dat het voor sommige mensen waardevol is om hun werkelijke leven via hun ongeleefde leven te analyseren. Misschien ­vergaar je zo meer zelfinzicht, kom je erachter dat je niet alleen vrijblijvend ­fantaseert, maar ook daadwerkelijk iets mist in je leven, waarna je er ruimte voor kunt inbouwen. Zo kun je als het ware snippers van je ongeleefde leven verweven in je werkelijke leven en zo leren om, in de woorden van Phillips, te bestaan in de zone tussen het leven dat je leidt en het leven dat je zou wíllen leiden.

Of je doet er, zoals ik, niets mee. Phillips schrijft dat alleen het fantaseren over onze ongeleefde levens al heilzaam kan zijn. ‘We maken ons leven aangenaam en daarmee draaglijk door ons voor te stellen hoe dat leven eruit zou kúnnen zien. Die boeiende fantasielevens zijn een vorm van zelfhulp, een remedie.’

We leven in de schaduw van wat we missen, maar door te fantaseren over alles wat we niet meemaken, door dat ongeleefde, geïdealiseerde leven voor ons te zien, het voorbij te laten glijden in onze dagdromen, wordt alle frustratie, al het gevoel van gemis, als het ware uitgegumd. Het is misschien wel de mooiste boodschap uit het boek. Ik denk er regelmatig aan wanneer ik naast het bed van mijn zoon zit, mijn ‘ongebonden ik’ voel meekijken over mijn schouder en we samen wachten tot hij in slaap valt. Ik bedenk dan: ik hoef nergens anders te zijn. Alleen maar mijn verbeelding zijn gang te laten gaan.

**Load-Date:** October 27, 2023

**End of Document**



**Nederlaag voor Harfsen 1 tegen FC Berghuizen 1**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 03:27 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 99 words

**Byline:** Automatisch bericht

**Body**

Harfsen 1 heeft de thuiswedstrijd tegen FC Berghuizen 1 2-5 verloren in de 4e klasse op zaterdag.

Harfsen staat op de achtste plaats met 6 punten. FC Berghuizen staat op de vijfde positie met 7 punten. Harfsen heeft één wedstrijd minder gespeeld dan FC Berghuizen. Volgende tegenstander voor Harfsen is SP Teuge. De teams spelen tegen elkaar op zaterdag 4 november om 15.00 uur op Sportpark De Dulmer.

Dit bericht is geautomatiseerd gepubliceerd op basis van voetbaldata van de KNVB. Wil je jouw naam ook terug kunnen lezen in dit soort verslagen? Geef ons dan toestemming in de app van Voetbal.nl.

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Vorden JO17-1 verplettert FC Trias JO17-1**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 12:56 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 92 words

**Byline:** Automatisch bericht

**Body**

Vorden JO17-1 ging zaterdag stevig tekeer in de thuiswedstrijd in de Hoofdklasse (2e fase) tegen FC Trias JO17-1. De uitploeg droop af met een 7-2 nederlaag.

Dit betekent dat Vorden eerste staat met 3 punten en dat FC Trias de nummer 8 is met 0 punten. SP Lochem is zaterdag 4 november om 15.00 uur op Sportpark De Elze de volgende tegenstander voor Vorden.

Dit bericht is geautomatiseerd gepubliceerd op basis van voetbaldata van de KNVB. Wil je jouw naam ook terug kunnen lezen in dit soort verslagen? Geef ons dan toestemming in de app van Voetbal.nl.

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**Koninklijke UD 2 vermorzelt FC RDC 3**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 04:00 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 126 words

**Byline:** Automatisch bericht

**Body**

Koninklijke UD 2 ging zaterdag stevig tekeer in de thuiswedstrijd in de 5e klasse tegen FC RDC 3. De uitploeg droop af met een 8-2 nederlaag.

Koninklijke UD heeft 6 punten en staat op de zevende plaats, terwijl FC RDC met 3 punten de tiende positie inneemt. FC RDC heeft 1 wedstrijd minder gespeeld dan Koninklijke UD. In de laatste vijf wedstrijden heeft Koninklijke UD twee overwinningen behaald en drie keer verloren. Volgende tegenstander voor Koninklijke UD is SP Lochem. De teams spelen tegen elkaar op zaterdag 4 november om 16.15 uur op Sportpark De Elze.

Dit bericht is geautomatiseerd gepubliceerd op basis van voetbaldata van de KNVB. Wil je jouw naam ook terug kunnen lezen in dit soort verslagen? Geef ons dan toestemming in de app van Voetbal.nl.

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**



**FC Zutphen 2 en VV Dieren 2 delen de punten**

AD/Algemeen Dagblad.nl

28 oktober 2023 zaterdag 02:35 PM GMT

Copyright 2023 DPG Media B.V. All Rights Reserved



**Length:** 139 words

**Byline:** Automatisch bericht

**Body**

Thuisploeg FC Zutphen 2 en VV Dieren 2 hebben ieder een punt behaald in hun ontmoeting in de 2e klasse. De wedstrijd eindigde in 1-1.

FC Zutphen staat na deze wedstrijd op de achtste positie met 5 punten, terwijl VV Dieren 2 de nummer 4 is met 10 punten. In de laatste vijf wedstrijden heeft FC Zutphen één overwinning behaald, twee keer gelijkgespeeld en twee keer verloren, terwijl VV Dieren drie overwinningen, één gelijkspel en één nederlaag heeft. Dit was het tweede gelijkspel van FC Zutphen dit seizoen. FC Zutphen speelt de eerstvolgende wedstrijd op zaterdag 4 november om 12.30 uur op bezoek bij SP Teuge bij Sportpark De Dulmer.

Dit bericht is geautomatiseerd gepubliceerd op basis van voetbaldata van de KNVB. Wil je jouw naam ook terug kunnen lezen in dit soort verslagen? Geef ons dan toestemming in de app van Voetbal.nl.

**Load-Date:** October 28, 2023

**End of Document**