

Het Andere Journaal

Anja Veerman en Marjolein Voogd

ZELF SLEEDOORN-LIKEUR MAKEN

Sleedoornlikeur is een dieprode gezonde likeur die in november gemaakt kan worden en vanwege het verwarmende effect een fijne drank voor tijdens de wintermaanden. Denk bijvoorbeeld hoe sfeervol een mooie fles zelfgemaakte likeur, met wat kruidnagels, steranijs en een kaaneelstokje ernaast op tafel staat tijdens de kersttijd. De likeur is ook geschikt om mee te mixen in bijvoorbeeld cocktails of longdrinks.

De blauwpaarse bessen van de scherp gedoornde sleedoornstruik, Prunus Spinosa, worden in november geplukt. De struiken komen veel in Nederland voor en vind je vaak langs bosranden en in parken. Als de natuurlijke vorst er nog niet overheen is gegaan, is het goed de gewassen en gedroogde bessen eerst een paar nachties in de diepvries te bewaren. Het invriezen verzwakt de wrange en zure looizuurmaak en maakt de schil van de bessen minder taai. Eet ze niet rauw. Mensen die wildpluk nog wat spannend vinden, kunnen de bessen ook kopen of bestellen in een natuurwinkel. Sleedoornlikeur is ook wel bekend onder de naam sloe gin. Sloe is Engels voor sleedoorn. Een andere naam voor sleedoornbessen is sleepruimen.



Bereidingswijze van de likeur

Benodigdheden: 500 gr sleedoornbessen die je even kneust of inprikt met een satéprikker (of traditioneel met een sleedoorn), 1 liter gin of jonge jenever, 300 gram suiker en naar eigen smaak een keuze uit bijv.: een pijpje kaneel, steranijs, wat kruidnagels, citroenschijfjes of buitenschil zonder het wit, een vanillestokje, een takje rozemarijn, gember enz. voor de warme en kruidige smaak van de likeur. Doe alle ingrediënten in een ruime en goed afsluitbare weckpot en bewaar de pot in een donkere kast. De eerste 2 weken de pot elke dag even schudden en daarna nog 4 weken lang 1 keer per week. Vanaf 6 weken kan de likeur, nadat hij is gezeeft, worden gebotteld en is hij klaar om te worden gedronken. De likeur is heel lang houdbaar.



Inmiddels zijn er door de deelnemers 150 voorbeelden verzameld die voldoen aan "eigentijds geloven". Een kernteam van 6 mensen, waaronder een hoogleraar sociologie en een cultureel antropoloog, zal de ideeën gaan analyseren en antwoord geven op de vraag welke initiatieven het meest aanspreken en hoe deze breder gedeeld kunnen worden. Het doel is uiteindelijk de initiatieven in de vorm van een catalogus te bundelen, zodat ze gemakkelijk te vinden zijn. Mensen die een bijdrage willen leveren aan NieuwZinnig of op de hoogte gehouden willen worden van de ontwikkelingen kunnen zich aanmelden via mail@nieuwzinnig.nl

BESTELBOER IS EEN LANDELIJK PLATFORM WAAR MEN DIRECT BIJ LOKALE BOEREN TERECHT KAN

VAN GOD LOS?

NieuwZinnig is een beweging die in kaart brengt welke vormen van zingeving er in onze huidige maatschappij bestaan. "In onze samenleving wemelt het van de zinzoekers, die in een traditionele kerk al lang geen eigentijds antwoord meer vinden, terwijl het barst van de nieuwe initiatieven en vormen die wel in die behoefte voorzien."

Aldus grondlegger van NieuwZinnig, Mauk van Heemstra, organisatieadviseur in de zorg. Met zijn beweging brengt hij die initiatieven in beeld, samen met de bijna 70 deelnemers die zich bij hem hebben aangemeld sinds de lancering van zijn animatie-video over "zingeving voor niet-religieuzen" in april dit jaar.

In de animatie wordt uitgelegd in welke behoeften kerken vroeger voorzagen, hoe de wereld vervolgens veranderde, maar de menselijke behoefte aan verbinding en nadenken over het leven hetzelfde bleef. Ook wordt een oproep gedaan aan de kijker om voorbeelden van nieuwe vormen en plekken die betekenisvol zijn te delen. "We proberen mensen weer in contact te brengen met die oude wijn, die universeel menselijk is, in nieuwe kruiken, op weg naar een gebed zonder einde, niet noodzakelijk van God los", vertelt de stem in de animatie.

WEES SOCIAAL, KOOP LOKAAL

BestelBoer is een landelijk platform waar je direct bij lokale boeren terecht kunt voor verse producten die voor een eerlijke prijs worden verkocht. Van romige zuivel, verse groente en fruit, tot en met kruiden, vlees, kaas en wijn van de beste kwaliteit. Via de website www.bestelboer.nl of de te downloaden app BestelBoer vind je boeren in de directe omgeving waar je producten kunt afhalen of laten bezorgen. De boeren werken onderling samen en bieden zo een volledig assortiment.

MARTIN SCHENKELS

In De Andere Krant nummer 4 van vorige week was het mooie artikel 'Een Nieuwe Samenleving op Coöperatieve Grondslag' van Martin Schenkels op pagina 8 te lezen. Mochten er naar aanleiding van dit artikel vragen zijn, dan is Martin rechtstreeks te bereiken via zijn e-mailadres: mijmschenkels@gmail.com. 30 van zijn boekjes zijn te koop via redactie@deanderekrant.nl voor € 10 excl. verzendkosten (brievensbus). De opbrengst van deze boekjes schenkt Martin aan De Andere Krant.

DOOR BURGEMEESTER GESLOTEN RESTAURANT WAKU WAKU HEROPENT DEUREN

Het Utrechtse restaurant Waku Waku, dat op 27 september op last van de burgemeester werd gesloten omdat het weigerde mee te doen met de QR-code, is op 2 november heropend als Waku Take Away Store. Waku Waku kwam in het nieuws omdat het een van de weinige hercazaken in Nederland was die openlijk verzet pleegden tegen de invoering van de coronapas in de horeca per 25 september.

De burgemeester van Utrecht, Sharon Dijksma, besloot Waku Waku als voorbeeld te stellen en op maandag 27 september kregen zij van haar het bevel om het restaurant te sluiten. Na verzet van de eigenaren en demonstranten werden op dinsdag de sloten uitgeboerd en op woensdag werd het pand ontruimd en gesloten. Reactie van het restaurant: "Wat heeft dit in godsnaam nog te maken met de volksgezondheid? Wij serveren plantaardige gerechten van biologische en onbewerkte ingrediënten. Hiermee versterken wij het immuunsysteem van onze gasten en inspireren wij hen om gezondere leefstijlkeuzes te maken. Waku Waku is onderdeel van de oplossing, niet van het probleem."



Naast alle fysieke steun werd er een crowdfunding-campagne gestart en dat bleek een succes, want er werd meer dan €50.000 gedoneerd. Hierdoor kreeg Waku Waku de kans de deuren te heropenen als Waku Take Away Store. Hier kun je nu terecht voor biologische homemade cakes, focaccia's, sauzen, soepen, jams, kimchi, chocoladekoekjes en take-away koffie en chai latte. Verder verkoopt Waku bekende biologische groente en fruit van lokale boeren, plus exclusieve (vegan) kazen van Mr. & Mrs. Watson.

WE DOEN NIET AAN ONDERWIJS

Natuurlijk leren in de stroom van het leven

Petra en Robbert leven samen met hun twee kinderen – dochter Doris en zoon Iza, van 5 en 2 jaar – al bijna tien jaar een heel vrij leven. Een leven in vertrouwen, in verbinding en van binnenuit in lijn met de en je eigen natuur. De kinderen gaan niet naar school, maar leren door het leven te leven zoals het zich aandient. Dit betekent ook dat hun woonadres wisselt. Op dit moment leeft het gezin in een camper in Portugal. Petra legt uit hoe haar kinderen zich op een natuurlijke wijze lerend ontwikkelen.

Petra Smolders

Nog voordat wij kinderen kregen wisten wij al dat 'naar school gaan' voor onze kinderen geen optie zou zijn. Het (kapitalistische) systeem dat nu overheerst in de wereld spreekt ons niet aan en wij kiezen een ander pad. Het leven waar wij voor kiezen draait om vertrouwen, onvoorwaardelijk geven en vrij mogen kiezen. Als je als ouder die waarden (voor)leeft, dan is het vanzelfsprekend dat je kinderen dat ook meekrijgen.

Nieuwsgierigheid van binnenuit

Wat wij niet voor school kiezen is vanuit ons perspectief logisch. Wij leven als gezin in de natuurlijke stroom, er is geen moeten, 'zo hoort het' of 'zo gaat dat nu eenmaal'. Al vanaf het moment dat Doris klein was, was het heel duidelijk dat zij erg nieuwsgierig is, terwijl die nieuwsgierigheid in het onderwijs ongetwijfeld zou afstompen of verdwijnen. Want daar moeten kinderen van alles, wat de nieuwsgierigheid van binnenuit niet ondersteunt. Iza is een zachttaardig mannetje, echt een 'gentleman'. Ik heb weleens ingevoeld hoe het zou zijn als hij in een grote klas met andere kinderen zou zitten. Nog los van het leren, alleen het daar zijn met zoveel verschillende kinderen om hem heen, die allemaal geluid maken, zou hem doen verkrampen. En dat is geen goede basis om iets te leren.

Een ander aspect van het onderwijs is de knip, zoals ik het noem. Als een kind vijf wordt moet het naar school. Al die jaren daarvoor mag de natuur zijn werk doen:

met leren lopen, leren eten, leren praten, leren knippen, leren samen spelen. Als een kind vijf wordt is dat ineens afgelopen. Dag nieuwsgierigheid, dag openheid, dag meestromen, dag mee naar de kaasboer, dag met je hond spelen, dag urenlang echte mieren bestuderen. Wat een eenheidsworst denk ik, als ik stilsta bij al die duizenden kinderen in die scholen, klaslokalen, ver weg van de wereld, de natuur, de diversiteit aan andere mensen, om te leren over... tja, over wat eigenlijk? Over het leven, zonder het zelf te leven?

Anders, maar hoe?

Dat wij het dus anders zouden gaan doen was al heel vroeg duidelijk, maar hoe dan? Die vraag beantwoordde zichzelf gaandeweg. Naarmate onze kinderen ouder worden dienen interesses zich aan. Wij doen niets aan onderwijs, in de zin van dat we voor onze kinderen bedenken wat ze moeten leren. Er zijn geen doelen of projecten of taakjes of werkjes. De dag ontvouwt zich en daarin doen allerlei situaties zich voor. Ze vinden een insect waar ze een huisje voor bouwen, ze wandelen mee met mij en de hond of gaan mee wildplukken. Ze ontmoeten andere kinderen die geen Nederlanders spreken, ze spelen een spelletje op de iPad of helpen afwassen. Onze dochter begint nu zelf aan te geven dat ze graag wil rekenen en lezen.

Het gaat allemaal vanzelf

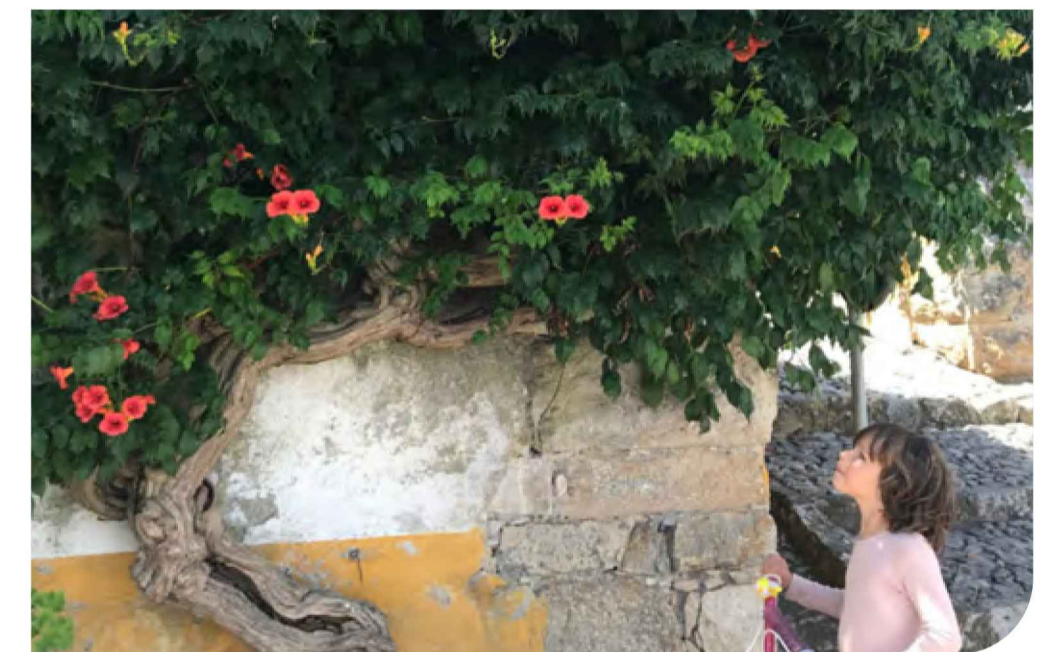
Wat mij deze zomer opviel, is dat onze kinderen vooral veel buiten hebben gespeeld. Dat is wat je doet als de zon schijnt. Zo was er weinig interesse in de letters van het alfabet. Die interesse was er bij Doris vóór de zomer wel. Ze kende on-

vanuit mijn eigen ervaring met leren zie ik nu dat ik vroeger op school veel nutteloze kennis heb geleerd die ik niet onthouden heb. Ik kon me niets meer herinneren van eb en vloed en de stand van de maan. Toen ik hier in Portugal de oceaan elke ochtend een andere hoogte zag aannemen, was mijn nieuwsgierigheid gewekt. Ik zocht die kennis over de getijden op en nam het werkelijk tot me. Ik begreep de wereld, de natuur en mijn plaats als mens daarin een beetje beter en wist ook dat ik het niet meer zou vergeten.

Fluide proces

Natuurlijk leren is een fluide proces, het gaat altijd de kant op van groei en ontwikkeling, de wereld begrijpen en daarin je eigen positie innemen. Dus hoe de toekomst eruit ziet qua leren weten we niet precies, maar dat we op het juiste pad zitten dat laten onze kinderen ons dagelijks zien en voelen. In woord, daad en soms al in geschrift. ■

► Vanaf 7 november is er een podcast over educatie, maar ook andere podcasts, blogs en contactinformatie van Petra en Robbert staan op: geefeconomie.nl.



Zelf shampoo maken

Benodigdheden shampoo

- 80 ml vloeibare zeep (kant en klaar of zelfgemaakt)
- 60 ml kokosmelk
- scheutje olie (passend bij haartype bijv. tarwekiem- of arganolie)
- druppels etherische olie

Benodigdheden vloeibare zeep

- 20 gram natuurzeep (bijv. castille of aleppo)
- scheutje glycerine
- 1 liter water



Anja Veerman

Welke shampoo kies ik? Deze gedachte kan voor keuzestress zorgen als je in de drogisterij voor de haarverzorgingsproducten staat. De keuze is reuze. Zowel bij de reguliere shampoos, met vaak een waslijst aan chemische toevoegingen, als bij de duurere biologische varianten. Wat veel mensen tegenwoordig niet meer beseffen, is dat shampoo heel eenvoudig zelf te maken is. Ook met alleen natuurlijke ingrediënten.

Shampoo bestaat voor 80% uit water. De reinigende werking van shampoo komt door de toevoeging van zeep. Om shampoo een lekkere geur te geven kunnen wat druppels etherische olie van bloemen, planten of kruiden worden toegevoegd. Deze oliën hebben verschillende eigenschappen en een speciale

werking op het gemoed. Welke invloed ze precies hebben, hangt af van de persoon in kwestie en de samenstelling van de etherische olie.

De vloeibare zeep

Vloeibare zeep is kant-en-klaar te koop bij de drogist, maar kun je ook zelf maken. Dat doe je zo:

1 Doe 1 liter koud water samen met 20 gram grof geraspte natuurzeep in een pan.

2 Voeg een klein beetje zuivere glycerine toe en breng dit al roerend aan de kook. Wanneer de zeep is opgelost kan de pan van het vuur.

3 Giet het vloeibare zeepmengsel in een grote maatbeker of klein emmertje en laat het indikken tot de volgende dag.

4 Met de staafmixer maak je er een vloeibare klontvrije zeep van.

De shampoo

5 Neem een leeg flesje met een inhoud van minimaal 150 ml. Vul het met de 80 ml vloeibare zeep, 60 ml kokosmelk, een scheutje olie en de druppels etherische olie. Draai de dop erop, schud even flink en de shampoo is klaar voor gebruik.

Zelfgemaakte shampoo is minder lang houdbaar dan commerciële shampoo: ongeveer zes maanden. Deze datum kun je goed onthouden door een sticker op het flesje te plakken met de datum waarop de shampoo gemaakt is. ■