

TREF MAGAZINE

mensen van om de hoek

Jaargang 4
Nummer 38



CHIENEKE

& KIEKEBOE

TREF

MAGAZINE

*over
mensen van om de hoek*

TREF en het hoe en waarom

Niemand wordt met een gebruiksaanwijzing van zichzelf, de wereld of het leven geboren en toch maakt iedereen er op zijn eigen wijze iets unieks van. Iedereen participeert op de een of andere manier in deze maatschappij. Tegelijkertijd wordt onze samenleving steeds harder en voller, mensen zijn gehaast en sneller in hun oordeel en veroordeling.

TREF biedt een plek aan de verwondering over de veerkracht van mensen. Ook zetten we ons met TREF in voor een ideëel doel: het bevorderen van maatschappelijke integratie. We doen dat door mensen uit de hele samenleving aan het woord te laten over hun leven. In TREF tref je maandelijks persoonlijke verhalen van mensen om de hoek. Zij vertellen wat hen beweegt en motiveert, wat hun dromen en passies zijn. Daar-mee bieden we niet alleen inspiratie, maar willen we ook een gevoel van verbondenheid oproepen. Want mensen echt leren kennen, doet erkennen.

Lees TREF digitaal op www.TREFmagazine.nl. Je kunt ook de digitale pdf-versie maandelijks GRATIS in je mailbox ontvangen. Meld je aan via info@TREFmagazine.nl, onder vermelding van: gratis digitale TREF.



TREF Redactie en Informatie:

Aureliavliinder 58 | 8016HC Zwolle | tel. 038-4653244
info@TREFmagazine.nl | www.TREFmagazine.nl
TREF is een uitgave van
Marijke Mosterman Journalistieke Producties

Aan TREF werken mee:

Mathilde van Hulzen, Marijke Mosterman, Kees Huis in 't Veld, Janneke Pelle, Bert Schoonhoven, Jenny Kamps, Frans de Jong, Ward de Weerd, Bert Vaatstra, Roel van Olst, Hanneke Hamer, Alie ter Moolen en anderen.
Met dank aan alle geïnterviewden.

Adverteren en sponsoren

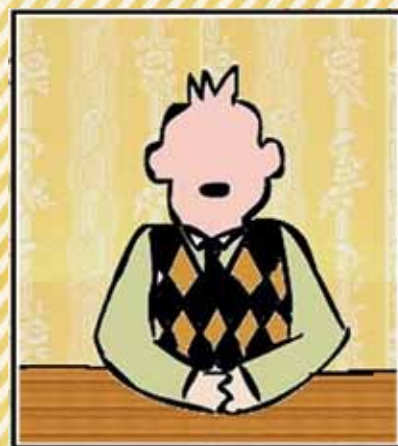
Je ziet het vaak niet, maar de meeste mensen zijn op hun eigen bescheiden manier bezig met de 3 P's: People, Planet, Profit. TREF vormt voor hen een vooruitstrevend, 'hokjesloos' en daarom uniek podium. Dat maakt TREF voor bedrijven en organisaties bij uitstek geschikt om op een unieke manier invulling te geven aan Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen.

Met een advertentie, donatie of sponsorschap in de glossy papieren versie van TREF Magazine en/of op de website draag je een steentje bij aan een betrokken, bewuste, duurzame samenleving. Al vanaf 150 euro per jaar zijn er mogelijkheden. Neem contact met ons op, ook voor een eigen bedrijfs glossy! Mathilde van Hulzen (024-300 2133)
Marijke Mosterman (038-465 3244)
info@TREFmagazine.nl

Doneren

TREF is gratis afhaalbaar. Als je TREF elke maand wilt ontvangen, kun je een minimale donatie overmaken. Kijk voor meer informatie en de afhaalpunten op onze website: TREFmagazine.nl.

Wanlijner



**Heb je de sleutel
tot succes gevonden,
weet je niet waar
het slot is!**



Pagina 18

ROB:

‘Mijn ziekte heeft me niet alleen slechte dingen gebracht. Door alles wat ik meemaak en beleef, heb ik geleerd om de kleine dingen te waarderen en er optimaal van te genieten.’



Pagina 4

CHIENEKE:

‘Mijn droom is die nummer 1-hit nog een keer schrijven en samen met iemand oud worden. En verder zou ik wel eens wat rust in mijn lijf willen.’



Pagina 17

ANNIKA:

‘Later als ik groot ben, wil ik kapster worden.’

Ward de Weerd	28
Amsterdam Outsider Art	13
Janneke's Belevissen	9
Puntenslijper en de Weerspreuk	26
Door het oog van TREF	14
Jacob van het Buurtmuseum	12
Tinie Jansen	25
Bert's Beestenboel	22
De Terechte Kronkel	16
Mathilde's Recept	27
Hanneke's Heen en Weerspreuk	8
& overal mensen van om de hoek	



Pagina 10

GERTJAN:

‘Mensen moeten vlees eten, dat hoort bij ons dieet, bij ons voedingspatroon. Maar doe het dan wel goed. Liever meer betalen voor goede kwaliteit en minder vaak vlees eten dan andersom.’



001T schrijf ik een NUMMER 1-HIT!

Marijke Mosterman

Het is een gezellige drukte bij Chieneke de Boer thuis, met haar twee zonen Wisse van dertien en Aike van elf, plus aanloop, en Kiekeboe, een ieniemienie kitten van twee maanden, die het gehele huishouden in de war stuurt. 'Je moet heel consequent zijn met zo'n kat', zegt haar bazin, terwijl het poesje zich met behulp van al haar nageltjes en tandjes via broekspijpen en stoelbekledingen een weg baant richting alles wat er op tafel valt te ontdekken. Chieneke (50), docent Audiovisueel en Multimedia, parttime cabaretière/artieste, moeder en sinds kort dus kattentemmer, vertelt...

De eerste achttien jaar van mijn leven ben ik opgetrokken met mijn tweelingbroer. Ik werd geboren en totaal onverwacht kwam hij er nog eens achteraan. Helemaal in de kreukels. We groeiden op in Amersfoort. Mijn vader was onderwijzer. Mijn moeder was huisvrouw, later ging ze in de thuiszorg. En op haar zeventigste kreeg ze een lintje voor alle vrijwilligerswerk dat ze heeft gedaan. We woonden tot m'n elfde driehoog op een flatje, tussen de bejaarden. Altijd stil zijn, schoenen uit, anders hing een buurvrouw om de deur te klagen. Mijn moeder zat heel veel met ons buiten, dan konden we ons nog een beetje uitleven. *Pas op, je staat bovenop Kiekeboe!*

Vrouwen

'Op mijn zestiende wist ik dat ik voor vrouwen viel. Ik had een beste vriendin, die woonde tegenover mij, en na drie jaar dacht ik: ik lijk wel verliefd op haar. En ineens ging me een licht op: dát is natuurlijk verliefd zijn. Want het frustreerde me dat ik nooit verliefd op een jongen werd. Ze deden me niks, ook al ging ik wel eens zoenen voor de schijn. Maar die diepe liefde die ik voor mijn vriendin had ontwikkeld... Dat was wel iets om over na te denken, want dat mocht niet, dat bestond niet eens. Wat ik ervan gehoord had, was dat dat hele vieze mensen waren, die in de spelonken van de stad verkeerden en rare dingen deden. Maar toen ik terug dacht... Als kleuter wilde ik al liever mijn broertje zijn, ik ging voor de auto, niet voor de pop. Ik had altijd veel vrienden, was en ben nog steeds echt een mensenmens, maar ik was wel anders dan de meisjes om mij heen. Ik heb het mijn vriendin toen verteld. Ze vond het niet erg. We hebben nog steeds contact.'

Minimaal bi

'In 1982 was er de homodemonstratie in Amersfoort die nogal wat stof deed opwaaien, en ik wilde wel eens weten hoe ze eruit zagen, want ik kende verder bijna niemand die lesbisch was. Ik stond daar aan de kant van de weg, en er liepen allemaal van die potten langs te roepen: "Weg met de hetero's!" Ik werd er helemaal naar van. "Hier hoor ik niet bij", dacht ik. Dus ik ploeterde maar wat voort in mijn eentje. We zaten op het atheneum en daar had je het er helemaal niet over. Toen we ons diploma hadden en achttien waren, ging mijn broer in Wageningen milieutechniek studeren en ik ging naar Hogeschool Middeloo voor Creatieve Therapie. Er ging een wereld voor mij open, daar tussen de creatieve mensen. Maar tegelijkertijd was ik dat eerste jaar nog heel bleu. Je moest ineens gaan discussiëren en zo. Ik was zo onzeker! Het tweede jaar

heb ik overgedaan, om -zoals het advies luidde- nog wat "aan te rijpen". En verder kon alles daar: we waren allemaal heel erg vegetarisch en minimaal bi. Ik lag ontzettend in de smaak. Drie weken verkering, verschrikkelijk verdrietig als het weer uit ging, en de volgende dag had je een ander. Die puberteit, vreselijk eigenlijk. Van super gelukkig naar echt suïcidaal. *Nee, Kiekeboe! Niet op de tafel!*

88 viltjes

'Qua werk was ik een tijdje zoekende. Ik deed op Middeloo dus een studie voor creatief therapeut richting muziek, maar dat wilde ik helemaal niet worden! Eigenlijk was ik erheen gegaan omdat mijn moeder het adviseerde: ik was immers creatief en sociaal. Ik heb het wel met vlag en wimpel afgerond, maar daarna heb ik eerst eens wat rondgesnuffeld op de arbeidsmarkt. Op een gegeven moment kwam ik als pianotechniek bij een pianobedrijf terecht. Snaren spannen, mechaniekjes schoonmaken, viltjes afkrabben en vernieuwen. De eerste 88 viltjes gaan nog wel, maar daarna gaat het vervelen. Ik raakte niet overspannen, maar onderspannen. Eigenlijk. Dus in goed overleg ben ik daar weggegaan. En toen liep ik met de ziel onder de arm. Maar op een gegeven moment bedacht ik dat ik beroemd wilde worden en meldde ik me aan voor de Soundmixshow. Ik wilde eerst als Shirley Bassey gaan, maar toen ik de formulieren invulde vond ik ineens dat ik nou ook weer niet zó goed kon zingen. Toen een vriendin me Brigitte Kaandorp liet horen, wist ik het. Ik leerde mezelf ukelele spelen en bracht het lied 'Ik ben ziek en jij gaat dood.' En het sloeg helemaal aan tijdens de voorrondes. Die avond duurde en het duurde maar, en ik hoorde allemaal heel goede zangers. Uiteindelijk was ik aan de beurt; ik stuntelde wat met mijn pumps en ik duwde de ukelele onder mijn borsten en de hele zaal lag plat. Ze vonden me leuk! En ik was de enige die doorging naar de televisieronde. Ik vloog Henny Huisman om de nek en de hele weg terug naar huis heb ik uit het raam gegild: "Ik doe mee aan de Soundmixshow!!!" Geweldig!'

Overleefd

'Tijdens de televisieronde was het chagrijnigste jurylid Jacques d'Ancona zelfs positief. Dus ik ging door naar de finale. En dan ben je beroemd. Toen brak het los. Ik werd geleefd. Iedereen herkende me. Op verjaardagsfeestjes ging men staan applaudisseren als ik binnen kwam. Iedereen wilde me kennen, ik kreeg allemaal aanbiedingen om op te treden. En toen kwam de grote finale. Ik had diarree, ik was ongesteld, ik moest kotsen, ik kon het allemaal helemaal niet meer aan.

Uiteindelijk werd ik zevende van de acht. Maar ik was heel blij dat ik het allemaal overleefd had. Vervolgens kwam ik thuis, en ik lag daar helemaal eenzaam en alleen in dat grote bed, terwijl drie uur daarvoor 4,5 miljoen Nederlanders naar me keken en iedereen riep dat ik geweldig was, en ik voelde me zóó eenzaam en verdrietig. *Kiekeboe! Je mag niet bijten, nee dat mag echt niet hoor!*

Buuv, buuv...

‘En daar zat ik. Er kwam geen aanbieding meer binnen. Als je wint, ben je het helemaal, als je verliest ben je niets meer. Maar ik wilde doorgaan met optreden. Dus er moest een repertoire komen, want met één liedje kom je niet ver. Toen heb ik samen met twee vriendinnen van Middeloo het cabarettrio Buuv, buuv en de buurvrouw gevormd en zijn we gaan optreden, vijf jaar lang, met een eigen repertoire. Uiteindelijk bloedde het wat dood door relaties en verhuizingen en zo. Ik heb nog wel eens een singeltje gemaakt, voor een wereldkampioenschap voetbal: ‘Karel hou je kop, blijf met je poten van die knop, hou op met dat gegrien, ik wil van BAAASTEN zien, met zo’n uithaal, helemaal geweldig. Het dreigde een hit te worden, maar toen verloor Nederland! Ik vond trouwens de B-kant veel beter, die moest ik snel in één avond maken:

*Ga maar weer naar huis terug,
want wij zijn voor jullie toch veel te vlug
Berg je schoenen liever op,
want Nederland komt aan de top
Als je niet voor paal wilt staan,
dan kun je maar beter het veld afgaan,
Dus sloof je niet uit, er is niets aan te doeoeoeoeoeoen...
We worden kampioen!*

In het Duits...
*Geh mal wieder nacht Hause zurück,
denn wir sind für Ihnen doch viel zu glücklich
Berg die Schuhe mar lieber opf,
denn Niederland kommt an die topf
Wenn du nicht für pfal willst stehen,
dan kannst du doch besser vom feld abgehen...*

En dan in het Engels...
*Go at home, just go at last,
cause we are for all of you much to fast
Put your shoes preferable op,
cause Holland will come to the top
If you don't want to stay for peal,
then you can go better out of the field
So give up your tries, there is nothing to do
We will be champion!!!*

‘En dan ook nog een couplet in het Italiaans. Dat was leuk. Elf jaar geleden won ik het nationale COC Songfestival met een liefdesliedje voor Maxima. SBS6 had er een hele reportage van gemaakt, maar die werd uiteindelijk geschrapt omdat prinses Amalia die nacht werd geboren! Jammer, want ik wilde altijd nog eens een keer een nummer 1-hit schrijven, en ik dacht destijds: ik heppum! Ja, het zou wel mooi zijn wanneer er een nummer is dat na mijn dood nog wordt gezongen. Ik hou van optreden, muziek schrijven en maken. Heerlijk. Op verzoek treed ik nog steeds op. Dan trek ik een jurkje aan en toupeer m’n haar, hupsakee. Op school ook, tijdens een diploma-uitreiking bijvoorbeeld, dan bedenk ik ter plekke een rijmend lied.’

Verdwenen ambacht

‘Ja, want inmiddels ben ik dus docent Audiovisueel en Multi-

media. Dat komt omdat ik na het piano- en Soundmixgebeuren bij Omroep Amersfoort aan de slag ben gegaan. Daar heb ik dertien jaar gewerkt, ik was berucht om het snelle monteren van filmpjes en items eruit persen. Maar mijn hele vak is door de digitalisering eigenlijk verdwenen. Ik deed er bijvoorbeeld een hele middag over om een filmpje “oud” te maken, met strepen en kraken en versnellingen en zo, het was een vak apart om filmpjes te bewerken. Nu doe je dat met één druk op de knop, er zitten tientallen standaard effecten in de software. En de kwaliteitseisen zijn ook zo veranderd. Nu zie je zelfs in het NOS-journaal harde lassen, die vroeger echt niet konden. Ik denk wel eens: waar is mijn ambacht gebleven. Daar ben ik weggegaan en vervolgens werd ik benaderd door CIBAP, de vakschool voor verbeelding. Daar ben ik als docent aan de slag gegaan. Ondertussen heb ik een didactische aantekening gehaald. Ik vind het geweldig, met pubers/adoles-



centen werken. *O kijk, Kiekeboe is pardoes op de drempel in slaap gevallen!*

Droom

‘Mijn droom is die nummer 1-hit nog een keer schrijven en samen met iemand oud worden. En verder zou ik wel wat rust in mijn lijf willen. Momenteel ga ik op advies van vrienden naar een magnetiseur op het platteland. Hij doet iets met energiebanen en -knopen. Ik geloof daar eigenlijk niet in, maar hij pakt mijn voeten beet, laat een paar boeren en ik voel het gewoon gebeuren. Er schiet een soort halve kramp door mijn ene been en ik word acuut doof aan mijn linker oor. Dus het heeft wél effect op de een of andere manier. Ik ben er nog niet vaak genoeg geweest om al te kunnen zeggen dat het echt werkt.’

‘Wat ik heel belangrijk vind in het leven, is dat we aandacht voor elkaar hebben. Dat we elkaar verder helpen. Het kost vaak maar heel weinig moeite om te helpen terwijl het voor die ander een groot verschil kan uitmaken. Wat ik mijn zonen ook wil meegeven is dat geven minstens zo leuk is als ontvangen. Zo kwam ik een paar dagen voor de kerst drie jaar geleden bij mijn vaste supermarkt, en daar was de caissière helemaal in tranen. Bleek haar snorfiets te zijn gejat. Dus toen heb ik actie ondernomen en met medewerking van een brommercentrum ervoor gezorgd dat ze een nieuwe snorfiets kreeg, de regionale pers zat er bovenop. Kijk, als we eens wat meer om elkaar denken, elkaar toelachen op straat, dan wordt de wereld een stuk vrolijker!’





Hand in hand, een lied, een lach
Saampjes op weg naar de langste dag



HANNEKE's
HEEN en WEERSPREUK

Hanneke is bijzonder weergevoelig met haar wintertenen, lentekriebels, zomerzothed en herfstdepressies. Ze steekt haar wijsvinger in de lucht en weet precies of het wel of niet regent en uit welke hoek de wind waait. Haar meteoronologica vat zij geregeld samen in een Heen en WeerSpreuk plus foto.

LEK

‘H è hè, zijn jullie er eindelijk,’ horen we vanuit de slaapkamer. Daar ligt de mevrouw in bed. ‘Ja, ik ben er maar weer onder gekropen, want ik had het koud.’

Het is nog maar half negen, maar voor haar gevoel is het al koffietijd. ‘Er zijn er al twee geweest,’ legt ze uit. ‘Eerst iemand van de trombosedienst en daarna de assistente van de huisarts.’ Ze laat haar armen zien. In beide ellebogen is een watje geplakt.

Omdat een zuster tegenwoordig veel moet kunnen, volg ik een opleiding. Daarbij hoort dat ik elke week stage loop. Het is een nieuwe ervaring voor mij, om als leerling bij bewoners te komen. Ik voel me vaak bezwaard als ik een handeling moet oefenen, maar de meeste cliënten zijn gelukkig vol begrip.

Vandaag wil ik het injecteren wat beter onder de knie krijgen. Terwijl mijn stagebegeleidster de mevrouw in de kleren helpt, maak ik de insulinespuitjes klaar. Twee, want mevrouw krijgt meer insuline dan één prik zou aankunnen.

‘Mag ik uw buik even zien?’ vraag ik, terwijl ik de spuiten omhoog houd. ‘Welja, ik ben nog niet genoeg gestoken vandaag,’ quasi-moppert ze. De diabetespatiënte weet echter dat ze niet zonder kan. Ze ontbloot haar buik en voordat ik de kans krijg om deze te bevoelen, op zoek naar een geschikte plek, wijst ze ergens naast haar navel. ‘Hier, spuiten.’

Vierenveertig eenheden insuline verder, praten mijn stagebegeleidster en ik wat na over injectietechnieken en diabetes in het algemeen. Dat de bloedsuikervwaarden worden gecheckt door middel van een vingerprik wist ik al, maar hoe de apparatuur hiervoor werkt gaat ze mij nu uitleggen. ‘Het zou natuurlijk wel heel mooi zijn als je nu even op mevrouw mag oefenen,’ zegt mijn begeleidster.

Ik twijfel. Mevrouw is al zo vaak geprikt vandaag. Maar ik moet het leren, en dit zou zo’n mooi moment zijn.

‘Mevrouw,’ vraag ik iets te zacht. ‘Ik weet dat u al zo vaak bent geprikt vanochtend, maar zou ik misschien uw bloedsuiker mogen controleren?’

Ze kijkt op van haar boterham en haar stem klinkt hard en onaardig als ze antwoordt: ‘Wou je me helemaal lek hebben of zo? Vind je het nog niet genoeg nu?’ Ik schrik. ‘Sorry, u hebt gelijk. Dat zou teveel zijn vandaag. Het spijt me dat ik het u heb gevraagd.’

De mevrouw knipoogt en steekt haar hand naar me uit. ‘Toe maar,’ zegt ze. ‘Je moet het leren, en lek ben ik toch al.’



*Janneke Pelle werkt in zorg en horeca,
is koorpianiste, recenseert theatervoorstellingen en
geeft Nederlandse les aan een inburgerende leeftijdgenote.
Bovenal houdt ze van mensen en hun verhalen.
Hierover schrijft ze op weblog.theefiets.nl.*



De DICHTENDE *SLAGER*

Hij kon niks anders en hij wilde niks anders. Gertjan Kiers (47) is slager en werkt als bedrijfsleider bij een horecaslagerij in Weesp. De liefde voor vlees erfde hij van zijn vader, ook slager. Regelmatig geeft Gertjan workshops, demonstraties en gastlessen. Daarnaast plaatst hij op zijn Facebook-pagina regelmatig kritische gedichten over de actualiteit. 'De ochtendkrant is mijn inspiratiebron.'

Mathilde van Hulzen

Was je vader blij dat je zijn vak in wilde?
'Nee, daar stond hij eigenlijk niet echt bij te juichen. Slager is een fysiek zwaar beroep. Je moet vroeg opstaan, het is nat en koud. Maar ik vind het een prachtig vak. Ik kon niks anders, maar ik wilde ook niets anders. Vlees is een heel divers product. Het is altijd verschillend en er komt heel wat bij kijken om de kwaliteit te beoordelen. Je moet proeven, dingen voorbereiden. Ik werk ook als demoslager, om mijn kennis te kunnen delen. Met vlees ben je nooit uitgeleerd, dat is het mooiste.'

Wat voor vlees heeft je voorkeur?

'Rundvlees, dat vind ik het meest interessant. Daar kun je het diepste in gaan. Varkensvlees is oppervlakkiger, kalfsvlees boeit me niet zo. Maar rundvlees dus wel. De koeien, de rassen, de landen waar het vlees vandaan komt, daar blijf je nieuwe dingen in ontdekken. Zo reis ik regelmatig naar Ierland en in januari 2016 ga ik zelfs naar Nieuw-Zeeland.'

Wat doe je op zo'n reis?

'Als het zakelijk is, bekijk ik de boerderijen waar het vlees vandaan komt. En praat met de boeren daar. Zo bouw je een band met elkaar op en leer je de hele keten kennen. Ik praat bijvoorbeeld over onze kwaliteitseisen, zodat ze echt begrijpen welke redenen daarvoor zijn. Om een mooi stuk vlees te kunnen afleveren bij de klant is het heel belangrijk dat iedereen in de keten elkaar goed kent. Dat lukt alleen als je elkaar persoonlijk ontmoet. Dat contact is dus heel belangrijk, vandaar mijn reizen.

Maar ik vind Ierland sowieso een geweldig land. De mensen zijn aardig en Dublin is een prachtige stad. Dus ik kom er ook voor mijn plezier.'

Ben je bevriend met die boeren?

'Nou, vriendschap is daarvoor een te groot woord. Echte vrienden kan ik op één hand tellen. De meeste ken ik al heel lang. Kijk, mijn werk slokt al mijn tijd op. Ik werk zes dagen in de week en 's avonds houd ik vaak presentaties. Alles wat nieuw

en leuk is, dat doe ik. Ik ben gewoon geen stilzitter. Eens in de twee weken ga ik naar Ajax en dan drink ik een biertje met mijn vrienden. En dat is prima, want echte vrienden hoef je niet elke week te zien. Ook als er meer tijd tussen zit, heb je daar meteen weer een klik mee.'

Wat heeft een slager met gedichten?

'Omdat ik het zo belangrijk vind om mijn kennis te delen, ben ik veel gaan schrijven. Blogs, columns en artikelen voor een vleesmagazine. Ik had daarvoor nooit geschreven hoor. Maar ik las van alles over vlees en horeca en zag zoveel verkapte reclamepraatjes. Dat vond ik niks. Dus ik schrijf op de manier waarop ik denk dat het hoort. Met zo min mogelijk reclame en gericht op de actualiteiten en hoe ik daarover denk. Die gedichten zijn er gekomen omdat ik voor Sinterklaas eens voor de grap wat gedichten maakte. En dat vond ik leuk. Nu dicht ik bijna elke dag. Ook omdat ik dan kan laten zien dat ik meer kan dan alleen slager zijn. Mijn inspiratie haal ik uit de ochtendkrant en het makkelijkste slachtoffer is ons kabinet. Ik ben daar graag kritisch over. Over alles eigenlijk.'

Heb je ambities als dichter?

'Ach, ik zie wel hoever ik daarmee kom. Het Regionale Opleidingscentrum hier in Amsterdam heeft me gevraagd of ik tien gedichten wil voordragen op een avond, daar denk ik nog over na. En ik was te zien in tv-programma Man bijt hond, daar heb ik ook gedichten voorgedragen. Eerst vroegen ze of ik dat wekelijks wilde gaan doen, maar het programma stopt dus dat gaat niet door.'

Wat wil je mensen graag vertellen over vlees?

'Vlees is altijd een probleem, het ligt altijd onder een loep. Dus je moet transparant zijn en met respect je dieren en spullen behandelen. Je kunt wel zeggen: je moet geen vlees meer eten, maar dat slaat nergens op. Laten we dan ook ophouden met roken, of drinken. Mensen moeten vlees eten, dat hoort bij ons dieet, bij ons voedingspatroon. Maar doe het dan wel goed. Liever meer betalen voor goede kwaliteit en minder vaak vlees eten dan andersom. Dus de consument heeft daarin

ook een verantwoordelijkheid.'

Je hoort vaak dat vlees een goed verhaal nodig heeft...

'Mensen willen inderdaad steeds meer informatie. Die moet je dan ook geven. Maar wel eerlijk, zonder lulverhalen. Anders is het vooral marketing.'

Willen jouw kinderen ook slager worden?

'Nee, absoluut niet haha. De jeugd wil andere dingen, jongeren willen niet meer in de voetsporen van hun vaders treden. Dat is trouwens een groot probleem, het tekort aan vaklieden. Iedereen moest de afgelopen twintig jaar maar doorleren voor zogenaamd interessante vakken en nu moet je je in de schulden steken om een studie te kunnen volgen en komen we ernstig ambachtslieden tekort. Als ik iemand nodig heb in mijn slagerij, krijg ik heel misschien een werknemer van zestig die binnenkort met de vut gaat. Het slagervak is een uitstervend ambacht. Daarom maak ik me ook zo hard om het op de kaart te krijgen. Dat is in ons aller belang. Alleen een vakman kan vlees goed beoordelen. Aan knoeiers heb je niks.'

Wat is jouw levensmotto?

'Pluk de dag, haal alles eruit wat erin zit. Kijk niet te ver vooruit want dat heeft geen zin, maar pak wat je pakken kunt en geniet. Doe dingen die je leuk vindt.'

Lukt jou dat ook?

'Ja, ik heb altijd wel leuk gevonden wat ik deed. Soms had ik minder zin. En gedoe met personeel is ook minder leuk, net zoals de administratie.'

Wat zijn je toekomstplannen?

'Kennis blijven delen. Nog meer naar buiten treden. Ik wil nog eens iets met tv doen, daar zijn we mee bezig. Niet omdat ik zonodig met mijn hoofd op de buis wil, maar omdat ik mijn enthousiasme voor vlees dan kwijt kan.'

Gertjan Kiers heeft een website: www.demoslager.nl, een blog en hij deelt video's via Foodtube.nl.

Zijn gedichten verschijnen dagelijks op zijn Facebookpagina.

Brussel: Het Gesprek

He Jeroen
Ha die Mark
200 miljoen
Ja haha Brussels gehark

Heb je het al overgemaakt
Ja Mark, meteen gedaan
We zijn natuurlijk genoodzaakt
Anders kost dat ons een Europese baan

Ach Jeroen maak je niet druk
We vinden wel een pot
Dat domme volk snapt geen fuck
En wij maken deel uit van het complot

Zo Mark we zijn weer 200 miljoen lichter
Ja Jeroen best wel een aardig bedrag
Maar we komen wel steeds dichterbij
Naar onze onbezorgde oude dag

Op zo'n Moscofiets

Klein en welbespraakt
De rechter dienend van repliek
In de advocatuur verplicht afgehaakt
De laatste strohalm... de politiek

Als je niks meer kunt
Schuldeisers om je heen
Dan is lijstttrekker geen punt
Al klaag je steen en been

Dus ben je werkloos
En is het pleit beslecht
Denk niet ik ben nutteloos
Want in politiek Den Haag
kan je altijd terecht



Baker Aerte Scheffer

De familiebanden in de Zwolse wijk de Kamperpoort waren knap ingewikkeld en uiteindelijk leek iedereen wel op de een of andere manier familie van elkaar. Ze 'emigreerden' dan ook niet vaak; de Kamperpoortenaars bleven graag in hun eigen wijk plakken. Een centrale figuur die alles van iedereen wist, was de baker. Je had er velen. Aerte Scheffer was er eentje van. Museumbeheerder Jacob Donze vertelt: 'Ik heb haar zelf nooit ontmoet, maar ik heb Aertje Plender leren kennen door de verhalen van mijn moeder en opoe. Ze was een dochter van Roelof Plender, maar ze stond in de Kamperpoort beter bekend als Aerte Scheffer, want in 1900 is ze getrouwd met Jan Johannes Scheffer. Ze waren de grootouders van Alie en Jan Scheffer. Alie Scheffer is getrouwd met Bé Rigter, die had een viszaak hier aan de Hoogstraat. Maar Aerte Scheffer heeft heel wat Kamperpoortenaartertjes op de wereld gezet in het begin van de vorige eeuw. Ze was als baker de voorgangster van vroedvrouw Zuster van der Kolk, en waarschijnlijk lang niet zo ruw. Zuster van der Kolk trok je zo aan de poten naar buiten, bij haar kon je maar beter niet kleinzerig wezen! Maar dat is weer een ander verhaal...

Kijk voor een authentieke blik in de oude Zwolse volkswijk De Kamperpoort, voor verhalen en bijvoorbeeld meer informatie over donateurschap op:

buurtmuseumkamperpoort.nl



Uit de Kast geduwd...







BRIEVEN

Brieven: bestáán ze eigenlijk nog?

Wanneer hebt u voor het laatst een brief geschreven; en wanneer hebt u voor het laatst er ééntje ontvangen?

Ik heb het niet over automatisch aangemaakte bedelbrieven, waarin u gevraagd wordt maandelijks een bedrag over te maken naar een of ander goedbedoeld doel. Niet over zogenaamd persoonlijk aan u gerichte reclamebrieven, waarin uw gewaardeerde aandacht gevraagd wordt voor een fantastisch voordelige all-risk autoverzekering - terwijl u niet eens een auto hebt. Ook niet over rekeningen, aanmaningen, folders van bedrijven waar u ooit een aankoop hebt gedaan of over drukwerk van de gemeente waar u woont. En al helemaal niet over de bekende blauwe envelop, waar vrijwel geen Nederlander aan ontkomt.

Nee, ik heb het over echte brieven, waarvan u, wanneer u ze uit de brievenbus haalt of van de mat vist, denkt: 'Wat een verrassing, van wie zou die zijn?' Of natuurlijk over brieven waarbij u direct aan het handschrift ziet wie de schrijfster is, en waarbij u denkt 'Wat fijn weer een brief van haar te ontvangen!'

Met zo'n brief in uw hand loopt u blij en verwachtingsvol van de deur naar de plek waar u de envelop openmaakt en de brief gaat lezen - en u verheugt zich bij voorbaat. Dát is een effect van een brief, dat geen mail, geen sms en geen whatsapp kan evenaren. Heel mooi is wanneer de brief met de hand geschreven blijkt - maar dat is in deze tijd eigenlijk nauwelijks meer te verwachten; de kunst van het leesbaar schrijven is immers al lang aan het verdwijnen door een combinatie van gemakzucht en simpel te gebruiken tekstverwerkingsprogramma's. Mooier nog is het wanneer de envelop, naast de brief, een extra verrassing bevat: een vogelveertje, een gedroogd bloempje of boomblaadje, een krantenartikeltje, een fotootje, een met lipstick gedrukte kus, een tekening of een andere versiering - of wat dan ook.

Geen enkel bericht dat u via social media gezonden wordt kan hier aan tippen: een mail kan je nu eenmaal niet in je hand houden.

Vertelt u het niet verder, maar ik heb, in een geheime bergplek in mijn huis, een persoonlijke schat van ongeveer veertig bewaarde brieven liggen; de postzegels op de enveloppen verraden dat de meeste al vele jaren oud zijn - maar er zijn ook recente bij. Het is een pakje met

enveloppen in verschillende soorten, kleuren en maten; gewone witte enveloppen zijn in de meerderheid, maar er zitten ook handgeschreven luchtpostbrieven op wonderlijk lichtgewicht teer-blauw papier tussen.

Soms, als ik me alleen in huis weet, en onbespied, haal ik ze tevoorschijn, bekijk ik ze, voel ik ze in mijn handen, streel ik ze met m'n vingers; bijna snuffel ik aan ze en zeker herlees ik korte stukjes.

Ik voel me dan gelukkig met de geschiedenis die uit de brieven spreekt en met de herinneringen die ze bij mij oproepen; en met de energie, de aandacht, ja zelfs de liefde die haast opnieuw voelbaar wordt als ik deze brieven weer in m'n handen heb.

Toen ik, niet zo héél lang geleden, voor de zoveelste keer jarig was, vroeg ik aan enkele dierbare vriendinnen als cadeau mij een brief te schrijven - dit zijn nu de jongste brieven die ik koester.

Een brief schrijven en posten kost in het algemeen meer moeite dan het verzenden van een mailtje; en juist daarvoor brengt een brief de afzender en ontvanger zoveel dichter bij elkaar dan een mail of een 'e-card', en is een brief zoveel persoonlijker.

Ach, dit is beslist geen klaagzang over de moderne tijd, en ook geen lofzang op wat wel 'de goeie ouwe tijd' genoemd wordt.

Het is slechts een simpel ideeetje dat ik onder de aandacht wil brengen: ik ben er van overtuigd dat de wereld er net iets mooier op kan worden als er méér persoonlijke brieven zouden worden geschreven.

Verbeter de wereld, begin bij jezelf.

Ik neem me dan ook ernstig voor méér brieven te schrijven.

Bovendien beloof ik dat wanneer u mij schrijft, u van mij een brief terug krijgt.

Frans de Jong is de uitbater en eigenaar van antiquariaatje 'De Terechte Kronkel', het kleinste tweedehands boekwinkeltje ter wereld, gevestigd aan de

Ceintuurbaan 384, 1073 EM Amsterdam.

Voor meer informatie: deterechtekronkel.nl

Of kijk op facebook: [facebook.com/deterechtekronkel](https://www.facebook.com/deterechtekronkel)

en: [facebook.com/TweedehandsBoekenEnTijdschriften](https://www.facebook.com/TweedehandsBoekenEnTijdschriften)





Annika is zes jaar. Ze zit in groep 3 en ze heeft Zwemdiploma A gehaald. Speciaal voor het interview heeft ze haar mooiste jurk aangetrokken en haar haar heel mooi gemaakt.

Wat wil je later worden? Kapster!

Wat is je lievelingsdier? Katten en soms lieveheersbeestjes.

Wat is je lievelingseten? Boerenkool met worst.

Welke sport doe je het liefst? De klimwand.

Wie is je beste vriend of vriendin? Hanna, want die zit ook tegenover mij in de klas aan dezelfde tafel.

Waar droom je wel eens van? Dat ik verliefd word op Thomas of Ryan. Ze kunnen allebei goed voetballen. Ik vind het moeilijk om te kiezen.

Wat vind je het leukst om te doen? Met mama en Mariska naar de film gaan.



Elke TEGENSLAG heeft een KEERZIJDE

Hoe richt je je leven in als je lichamelijke mogelijkheden steeds minder worden? Hoe blijf je positief? Rob Kolenbrander heeft een invaliderende vorm van reuma en het syndroom van Sjögren. Twee ziektes die elkaar versterken. ‘Het klinkt misschien raar, maar het levert je ook wat op’, zegt Rob. ‘Ik kan nu veel meer genieten van de kleine dingen en alles wat ik wél kan.’

‘Vijftig jaar geleden ben ik in Leeuwarden geboren als derde van vier kinderen. Het was een leuk, warm gezin, maar ik heb geen fijne jeugd gehad. Van kinds af aan werd ik gepest op school. Daardoor spijbelde ik altijd, ik was totaal niet gemotiveerd. Ik ging liever slootje springen met een polsstok in de weilanden, fierljeppen. Mijn moeder werd er wel eens niet goed van als ik weer helemaal nat thuis kwam. Ik hield van de natuur, ik lag in het gras te kijken naar de futen, hoe ze eerst een eind van het nest liepen voor ze opvlogen, om de locatie niet te verraden. En als ik niet buiten was, sloot ik me als een kluizenaar op in m’n slaapkamer. Uiteindelijk haalde ik toch nog LTS Elektrotechniek, terwijl ik waarschijnlijk veel beter had kunnen presteren. Later heb ik in de avonduren nog opleidingen op hbo-niveau gevolgd.’

Gevoelig

‘Dat pesten, dat lag ook voor een deel aan mijn karakter, denk ik. Ik ben een gevoelig iemand. Met de kennis die ik nu heb zou ik het misschien wel anders doen. Als ik een zoon had die hetzelfde overkwam, zou ik zeggen dat hij in ieder geval trots moest zijn op zichzelf. Want door al dat gepest ga je aan jezelf twijfelen. Je vraagt je af wat er fout is aan jezelf, waarom juist jij het pisaaltje bent. Je wordt heel onzeker. Ik heb me ook afgevraagd of ik homofiel was bijvoorbeeld, nou echt niet! Ik kreeg allerlei vragen en geen antwoorden eigenlijk. Misschien zou ik het nu anders doen, maar toch zou ik mezelf niet willen veranderen. Ik ben wie ik ben en dat is goed. Het heeft mijn leven gevormd, maar niet alleen op een negatieve manier; het heeft me ook ergens gebracht.’

Verkoop binnendienst

‘Na de LTS ging ik meteen aan het werk. School wilde ik niet meer, dat was wel duidelijk. Na wat kleine baantjes kwam ik bij een autobandengroothandel terecht, waar ik al snel de leiding kreeg over de kentekenplatenafdeling. Toen ik aangaf dat ik wel in de verkoop binnendienst wilde, werd ik afgewezen omdat ik geen telefoonstem zou hebben! Terwijl iedereen altijd vond en nog steeds vindt dat ik zo’n mooie radiostem heb. Toen ben ik de opleiding autorijinstructeur gaan doen, omdat ik hou van kennis overbrengen. Ik heb dat gehaald, maar nooit in de praktijk gebracht, want op een gegeven moment kon ik toch met de verkoop binnendienst beginnen. Ik kreeg de functie wel met een zekere terughoudendheid, want ik sprak geen Fries. We hadden thuis altijd gewoon Hollands gesproken omdat mijn ouders geen Friezen waren, en ik had ook nooit echt vrienden gehad door wie ik het spelenderwijs had kunnen leren. Maar daardoor wilde op het werk bijvoorbeeld een bepaalde klant ook nooit bij mij bestellen. Uiteindelijk heb ik toch Fries geleerd. En die klant ging uiteindelijk ook overstag,

en toen was het ijs helemaal gebroken en werd hij een van de beste contacten.’

Loopbaan

‘Het ging goed, ik maakte carrière. Ik werd eerst assistent filiaalleider, toen filiaalleider en daarna productmanager voor sportieve autoaccessoires. Een van de fabrikanten die ik vaak bezocht, vroeg of ik voor hem wilde komen werken en dat heb ik gedaan. Daarna ben ik gevraagd door een bedrijf in Duitsland waar ik samen met de directeur/eigenaar een nieuw merk autoaccessoires in de markt heb gezet: Weitech, dat bestaat nog steeds. Mijn toenmalige vriendin kon echter niet aarden in Duitsland, en daarom zijn we weer terug naar Nederland gegaan. Ik vond werk bij een bedrijf waar ik leiding moest geven aan onder andere de zoon en de broer van de directeur. Dat ging niet goed als “buitenstaander” in een familiebedrijf. Ik nam ontslag. In mijn overmoed dacht ik dat ik zo wel weer nieuw werk zou vinden, want alles was daarvoor ook steeds als vanzelf op mijn pad gekomen. Maar nu gebeurde dat niet. Ook mijn ex verloor haar baan. We moesten ons huis in Gorinchem verkopen. Zij vond weer een baan in Assen, en uiteindelijk ik ook: ik werd technisch vertegenwoordiger in autowasstraat-producten. Daarna ben ik gaan werken voor een goede kennis met een installatiebedrijf. Juist toen ik promotie zou gaan maken, werd ik ziek. Ik was een jaar of 35.’

Ingrijpend

‘Het brak in één keer uit: een invaliderende vorm van reuma. Ik viel weg af en toe, dat was heel ingrijpend, want daardoor kon ik niet meer fietsen, autorijden, zwemmen, noem maar op. Dat was te gevaarlijk. Het was vreselijk, want je wordt er heel onzeker van. Later bleek dat ik hoog in de nek vergroeiingen heb, waardoor een zenuw in de knel raakte. Ik was dan eigenlijk maar even weg, maar daarna kon ik helemaal niks meer, daar moest ik wel een halve dag van bijkomen. Naast reuma heb ik ook het syndroom van Sjögren, een ontstekingsziekte. Het versterkt elkaar. Veel ontstekingen, veel pijn, en omdat het lichaam maar steeds aan het strijden is, ben ik voortdurend doodmoe. Het is heel erg lastig om daar goed mee om te gaan. Uiteraard ben ik afgekeurd, ik zit nu al een jaar of vijftien in de WAO. Weet je, je krijgt de diagnose, maar over wat de gevolgen verder zijn en wat er allemaal bij hoort en bij komt kijken werd destijds niet gesproken. Ik kan steeds minder met mijn handen, ik heb een chronische darmontsteking en voortdurend ergens anders pijn en ontstekingen. Door wat me allemaal overkwam, in combinatie met mijn onverwerkte jeugd, raakte ik in een depressie. Ik slik naast pijnstillers dus ook antidepressiva, hoewel ik die nu wel ga afbouwen.’ →

Afgepakt

‘Nee, ik werd niet kwaad. Zo zit ik niet in elkaar. Ik geloof dat de dingen met een bepaalde reden gebeuren, ook al begrijp je die niet. Het is een mindset zeg maar. Ik geloof niet in toeval. Ik geloof dat er meer is tussen hemel en aarde, een hogere macht. Allah, god, ik zie geen onderscheid. Ik heb een hekel aan dat hokjesdenken. Als je nu ook ziet hoe christendom naar islam kijkt en omgekeerd: dat vind ik verschrikkelijk. In mijn ogen draait het daar niet om. In mijn ogen draait de hogere macht hoofdzakelijk om liefde en respect en heeft niets met oorlog en haat te maken. Die gedachte biedt troost, maar het maakt het niet makkelijker. Ik denk wel dat ik lijdzaam ben. Ik ben aan de ene kant wel een knokker, maar aan de andere kant... moeilijk hoor. Zo heb ik bijvoorbeeld jarenlang over mijn werk gedroomd. Ik heb namelijk altijd met heel veel plezier gewerkt. En dat dat van me afgenomen werd, heb ik heel erg gevonden. Het gevoel dat je buiten de maatschappij staat. Dat je volledig afgekeurd bent. Dat je afhankelijk van anderen bent met scheren, brood snijden, douchen. Het is vreselijk als je in een restaurant hulp moet vragen bij het vlees snijden. Dat je gebruik moet maken van een stok en een rolstoel. En wat er ook nog eens bijkwam, was dat mijn toenmalige vrouw per chat aangaf dat ze wilde scheiden, toen ik in 2008 voor een drieweekse kuur in Tsjechië was. Wéér een klap te verwerken. Ik moest andere woonruimte zoeken.’

Vonk

‘Via een organisatie die bemiddelt in woonruimte voor mensen met een handicap, kwam ik in een kleine aangepaste woning terecht. Maar ik wilde niet alleen blijven, ik ben een mensenmens. Ik biljart op competitieniveau, maar ik ben geen kroegganger en in supermarktonthoeningen heb ik niet veel vertrouwen; daarom heb ik me aangemeld bij een datingsite. Ongelofelijk hoeveel geflipte vrouwen je daar tegenkomt. Toen ik er bijna weer mee wilde stoppen, kreeg ik bericht van Attie. Het grappige is dat zij ook bijna wilde stoppen met daten, toen ze mijn profiel zag en het toch nog een laatste keer wilde proberen. Over “toeval bestaat niet” gesproken... Er was meteen die vonk. Ze trok bij mij in, en we gingen op zoek naar grotere woonruimte. Nu zitten we hier, in deze prachtige grote woning. Het is een appartementencomplex met zeventig woningen, waarvan zestien aangepast voor mensen met een lichamelijke handicap. Er is een unit die 24 uur per dag bemand wordt door ADL’ers, mensen die je helpen bij de Algemene Dagelijkse Levensbehoeften. Geweldig. Als ik na elf uur thuis kom van het biljarten, kan ik via mijn speciale intercom hulp vragen bij het douchen bijvoorbeeld. Dat lukt je niet bij de reguliere thuiszorg. We wonen hier nu tweeënhal jaar.’

Therapie

‘De psycholoog waar ik door de depressie bij terecht kwam, adviseerde me om me aan te melden bij het CIR, Centrum Integrale Revalidatie. Dat is een externe revalidatiekliniek waar men op zowel mentaal als lichamelijk gebied inspeelt op je ziekte, met als uitgangspunt dat beide gebieden effect op elkaar hebben. Er lopen psychologen rond, een revalidatiearts, fysiotherapeuten: het is multidisciplinair. Zij kijken gezamenlijk wat ze voor je doen kunnen, wat zinvol is. Ik heb bijvoorbeeld geleerd om mijn grenzen beter aan te voelen en er ook anders mee om te gaan. Zo moet je proberen niet alles uit de weg te gaan. Als je pijn hebt bij het bewegen, moet je er

niet meteen mee stoppen. Want bewegen heeft een positieve invloed op de bloeddruk, op je gewrichten, op je algehele gezondheid. Dus je leert hoe je ondanks de pijn wel in beweging kunt blijven. Daarnaast bekijk je samen met de psychologen hoe je de ziekte een plekje kunt geven. Als die ziekte nooit meer overgaat -dat zal iedereen herkennen die ermee te maken heeft- moet je ermee om leren gaan. Het is heel intensief allemaal. Want alles komt aan bod, ook mijn verleden, mijn jeugd. Het feit dat ik gepest werd heeft mij ook deels gevormd, in de zin van dat ik voortdurend wil bewijzen dat ik het wél kan, ik heb iets streberigs. Het is een confronterend traject. Je moet er open voor staan, anders werkt het niet. Zo is het met alles. Gelukkig zit dat wel in mijn karakter: ergens vol voor gaan. En ik merk ook dat het werkt, vooral mentaal. Het leuke is dat ze je goed aanpakken. Geen zachte heelmeeesters, daar heb ik niets aan. Een goede schop onder de kont en af en toe een hele duidelijke spiegel voorhouden, werkt bij mij veel beter. Ik probeer meer te bewegen, en ik herken de punten eerder waarop ik voorheen in de put dreigde te zakken. Ik hou van logica en ik heb inzicht gekregen. Ik snap nu waarom ik de dingen doe zoals ik ze doe en waar dat vandaan komt. En dan kun je in het verleden of in je ziekte blijven hangen, maar je kunt ook de inzichten en kennis gebruiken die je hebt verworven. CIR werkt prima. Je krijgt bagage mee om zelf verder te kunnen, ik denk dat ik daar wel sterk genoeg voor ben.’

Studio

‘Mijn vermoeidheid speelt me altijd snel parten. Na dit interview moet ik bijvoorbeeld weer even een dutje doen om bij te komen. Maar gelukkig kan ik nog wel in beperkte mate vrijwilligerswerk doen. Omdat ik dus vaak hoorde dat ik zo’n mooie radiostem heb, heb ik hier in het appartement een ruimte ingericht als geluidsstudio. Hier kan ik eigen jingles en items opnemen, alles wat met audio te maken heeft. Daarnaast ben ik vorig jaar bij de lokale omroep gaan kijken. Inmiddels produceer en presenteer ik het radioprogramma ‘Kwestie van Smaak’. Een culinair programma over koken, maar ook over voeding in het algemeen. Ik ben een lekkerbek, een Bourgondiër bij uitstek. Als je toch moet eten en drinken, kun je dat maar het best lekker doen. En ik heb ook een drive: heel veel mensen weten helemaal niet meer wat ze eten. Wat er allemaal voor chemische processen hebben plaatsgevonden met voorverpakt eten. Welke groente in welk seizoen groeit en op welke plek bijvoorbeeld. Mensen maken gehaktballen met voorgeprogrammeerde gehaktkruiden, maar wat zit daar eigenlijk allemaal in? Kunnen ze nog zonder? Heel leuk om te doen. En in overleg met de hoofdredacteur ga ik ook nieuwe vrijwilligers begeleiden. Dat vind ik ook geweldig zoals ik al eerder zei: kennis overdragen.’

‘Weet je, mijn ziekte heeft me niet alleen slechte dingen gebracht. Het heeft me heel veel afgenomen, dat klopt, maar wat ik wel kan is bijvoorbeeld een klein stukje rijden naar IJssel of Zwartewater, en me overgeven aan de schoonheid van de natuur. Of lekker buiten in de tuin een kopje koffie drinken, terwijl alles geurt naar de blauwe regen. Het zijn van die simpele dingen die ik heel erg leuk vind. Ja, door alles wat ik meemaak en beleef, heb ik geleerd om de kleine dingen te waarderen en er optimaal van te genieten.’



Bert's Beestenboel: een dagje mee met de *DIERENAMBULANCE*



De Dierenambulance Zwolle is opgericht op 1 januari 1994. Inmiddels werken er 22 vrijwilligers. Ashna is de persoon die alles regelt zodat alles op rolletjes loopt. Dat doet ze al vanaf 1999. Ik mocht een dagje meerijden op de dierenambulance samen met Lex Groeneveld. Hij draait als vrijwilliger al vier jaar mee als ambulancechauffeur en dierenverzorger.

Ik moest me melden op het kantoor bij de lieflijke Ashna. We begonnen met een bakje koffie en daarna ging ik mee met Lex. Als eerste vroeg ik hem wat hem aantrok om op de dierenambulance te rijden. 'Omdat ik van dieren hou', vertelde hij. 'Soms nog meer dan van mensen. Elk dier dat we redden is meegenomen. Dat vind ik het belangrijkste.' Lex komt oorspronkelijk uit Delft, waar hij volgens zijn facebookpagina 'op de school met de zandbak en de speelhoek zat'. Hij woont al sinds 1974 in Zwolle. Dieren zijn z'n hobby, evenals muziek.

De dag begon al meteen met een oproep om een wit konijn bij mensen op te halen, die ze gevonden hadden. We brachten het dier naar de opvang van dierenambulance in de Zwolse Ohmstraat. Daarna gingen we naar Dierenpraktijk de Vijf Olifanten om een dode hond op te halen. Het dier was jaren met liefde behandeld door de eigenaar, maar hij werd erg ziek en om veel pijn te voorkomen hebben ze hem vredig laten inslapen. We hebben de hond met veel respect naar de Ohmstraat gebracht. Later die dag is hij gecremeerd in de polder. Op het kantoor van de dierenambulance is een ruimte ingericht, waar de mensen afscheid van hun overleden dier kunnen nemen. De mensen worden er deskundig en met respect behandeld.



Later op de dag hebben we bij een dierenkliniek de 'geholpen' hond Max opgehaald en teruggebracht naar het Dierenasiel Zwolle, waar alle gevonden katten en honden heen gaan. De rest van de gevonden of gewonde dieren gaan naar de eigen opvang van de dierenambulance. Het gaat daarbij om allerlei soorten dieren: een zwaan, een konijn, een pauw, een rat of een slang. Moet er een dier uit het water gered worden? Geen probleem, de dierenambulance beschikt ook over een boot.

Je maakt veel mee op zo'n dag met de dierenambulance, en je steekt er ook heel veel van op. Bijvoorbeeld de volgende belangrijke waarschuwing over patatduiven, dat zijn de duiven die in de binnensteden worden gevoerd door mensen. Raak ze nooit aan, want ze dragen wel vijftig tot zeventig verschillende ziektes met zich mee! Heb je ze wel aangeraakt, was dan goed je handen.

Ik heb heel veel respect gekregen voor de vrijwilligers van de dierenambulances. Meer weten over hun werk, wat ze doen en hoe je ze kunt bereiken? Kijk op www.dierenambulancetzwolle.nl. De dierenambulance is 24 uur per dag bereikbaar.







Mensen van om de HOEK

Door Bert Vaatstra



Bertus Buter mag dan al een tijdje als 'senior' worden betiteld, hij geniet volop van het leven. Twee keer per jaar gaat hij op vakantie naar zijn zoon Jacob in Amerika. En 's zomers staat hij op de camping. En wat helemaal vóór hem pleit natuurlijk: hij leest graag TREF Magazine en hij vindt de dieren- en mensenverhalen interessant en leuk. Het liefst leest hij verhalen over hoe mensen het ervaren om oud te worden.

Zeur&Zanik

***zijn helemáál niet jaloers op types
als Susan Boyle en Marianne Weber***

Weet je...

Nou?



...op zich hadden wij ook wel
hartstikke wereldberoemde
zangeressen kunnen zijn.

O ja?



Maar wij hadden
er gewoon
geen zin in,
in al dat gedoe!

O ja.

En we kunnen
niet zingen.

Eigenlijk.



zeurenzanik.nl

Tinie Jansen, afgestudeerd aan de Hogere Normalschool en burger zonder hypotheekrenteaftrek, is niet betrokken. Wel aangetrokken. Tot de mensen en hun dingetjes. Die slaat ze slenterend gade in de Amsterdamse Pijp.

Het leukste was net nog wel het koppeltje morbide obeseriken, die uitpuilend uit hun kleren hun boodschappen voorzichtig en met zorg op de band legden, alsof het babyzwaluwjes waren. Het waren uitsluitend gezonde producten, ze waren overduidelijk nieuw in de biologische supermarkt. Na het copieuze paasontbijt met boterkippen, gevulde eieren en paasstollen was er iets bij ze geknapt. 'Ik wil dit niet meer', had hij gezegd. 'Ik wil VRIJ zijn.' Ze besloten spijkers met koppen te slaan, want van uitstel komt immers afstel, en moedig begaven ze zich naar die winkel voor geitenwollensokken, waar niks toch echt lekker kon zijn, maar er moest maar eens meer in het leven zijn dan eten.

'Moet u gewoon wårken, m'neer?', vroeg de kakkineuze dame aan de in oranje hesje gestoken medewerker van Erdi Wegbebakening, Straatmeubilair en Verkeerstechniek, die op zijn dooie gemakje een paaltje uit de stoep stond te draaien. 'Maar het is Bevrijdingsdag!', sprak madame verontwaardigd. Hij richtte zich langzaam op en glimlachte. 'Klop mevrouw, maar niet voor iedereen.'

Ik dacht: Ik kan nou wel de hele middag met Henk blijven lullen over zijn geheime 'slokan' waarmee ie zijn café-klandizie in de vroege uurtjes duidelijk weet te maken dat ze echt moeten wieberen, dat ie tegenwoordig alleen nog maar het grote licht aan hoeft te doen en het voltallige publiek dat sesam-open-u van 'm zélf in koor uitroept, maar ik kan óók kijken wie de vermoeide Egyptenaar uit z'n kebabtent heeft gedreven.

Dus ik naar de Juice Brothers.

Daar stond een topmodel me met rollende ogen op te wachten in een botoxpraktijkerig vertrek, met een plafond-tuin en een kaarsrechte rij zwarte bloemen onder een glazen stolp. Ik maakte mijn keuze uit het cleansing-assortiment, dat bestond uit onder meer force of nature en unicorn-blood. Op de maat van de deep-house die het geschetter van Al Jazeera had verdrongen, begon de mannequin - volledig in het zwart met witgelakte nagels - mijn Mood Enhancer te brouwen. Na een minuutje of acht wandelde ze, ogenschijnlijk verteerd door de redundantie die het leven nou eenmaal op je bord blijft smijten, naar de virtuele kassa om mij na de transactie met geperfectioneerde onverschilligheid strak te blijven aankijken, wat haar manier was om afscheid te nemen. Ik dacht eraan haar een slokje van mijn humeursap aan te bieden, of - zou ik zeggen - weet je wat, neem hem maar helemaal: ik ga lekker terug naar Henk. Da's pas een mood enhancer.



'Mais...', peinsde de Parisienne met een glas witte wijn in haar hand. Ze zat tegenover een man zonder gezicht aan een wiebelig tafeltje dat net paste op de stoep van Rue Yvonne le Tac. 'Je ne peux pas prendre le risque...'



PROBLEEM?

Beste Puntenslijper,

Ik vind geen groter genot dan verstoken te zijn van het ge-
leuter, de hysterie en de vermoeiende redundantie van de in
zorgwekkende groten getale aanwezige Medemens.
Oftewel, zoals Schopenhauer zou zeggen: van dergelijke mal-
lotigheid en hansworsterij. En dan heb ik het nog niet eens
over hun gesmak, gesnuif en andere vleselijke uitingen van het
fenomeen 'levend organisme'.

Sartre zei al eens: 'l'enfer, c'est les autres', de hel, dat zijn
de anderen. Wat mij brengt tot de formulering van mijn pro-
bleem.

Ik ben, in mijn ogen, een solist. Echter, de voorgenoemde 'an-
deren' noemen mij kluzenaar, einzelgänger en/of contactge-
stoorde. Er is zelfs wel eens een sujet geweest dat mij durfde
te betichten van 'eenzaamheid'. Zij laten geen kans onbenut
om mij te 'helpen' door mij op te zoeken, aan te spreken en
uit te nodigen voor hun feesten en partijen. Nu kun je zeggen:
jaag iedereen tegen je in het spreekwoordelijke harnas, maar,
beste Puntenslijper, dat zit niet in mijn aard. Bove-ndien zijn
de mensen als ondergrondse afvalcontainers: je kunt er beter
uit de buurt blijven, maar het is wel handig dat ze er zijn.
Hoe hou ik de mensen op gepaste afstand?

Hartelijke groet,
Een solist

Vraag het

PUNTEN SLIJPER

Lieve solist,

'Rot op!' bedoel je waarschijnlijk tegen iedereen te zeggen.
Misschien kun je dat dan toch maar beter ook doen. Niemand
begrijpt je, wanneer je je verschuilt achter wolligheid en
andermans citaten. Want bij effectieve communicatie gaat het
niet alleen om tekst, maar ook om het gevoel erachter: komen
je woorden uit een boek, of komen ze uit je hart.

Simpele duidelijkheid is de moeilijkste aller talen. Maar wel
de effectiefste. En als je het goed doet, vanuit je tenen, hoeft
je het niet vaak te zeggen. Waardoor je ook niet voortdurend
tegen je dubbelhartige aard (alleen willen zijn maar toch ook
aardig gevonden willen worden) in hoeft te gaan.

Succes!
Puntenslijper

TREF Magazine wordt gesponsord door:

PSYCHOLOGENPRAKTIJK

WWW.PSYCHOLOGENPRAKTIJKELF.NL

Gevoelskracht

Praktijk voor Haptotherapie
www.gevoelskracht.nl

C!FAS

WWW.CIFAS.NL

WERKSTROOMBOEKHOUDEN - HET NIEUWE BOEKHOUDEN

Techwatch^{bv}

Technische Tijdschriften
BITS&CHIPS en MECHATRONICA&MACHINEBOUW
Conferenties en Beurzen
WWW.BITS-CHIPS.NL

DIMA

moeite met kiezen?

BINNENHUISADVIES 06 - 10 12 12 40

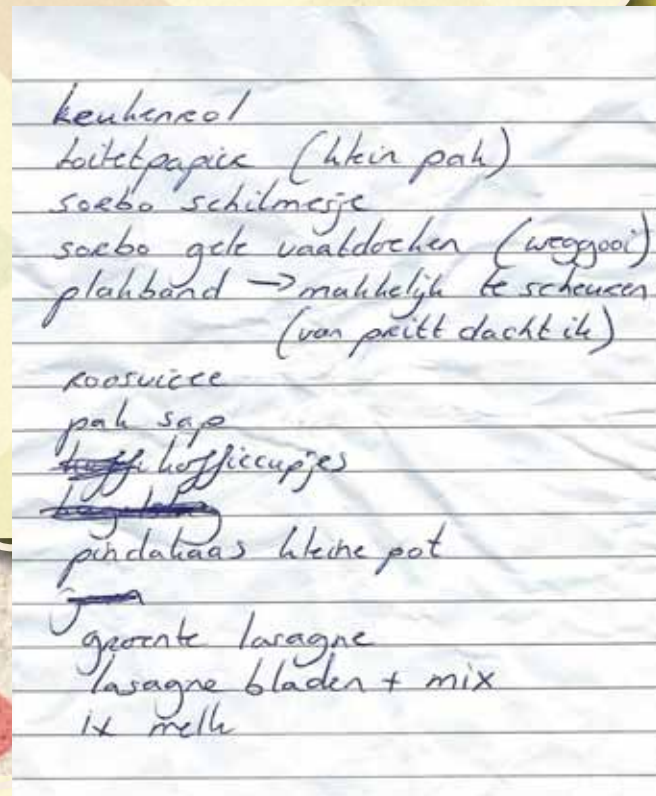
LASAGNE ja ja

Boodschappenbriefjes. Ze lijken zo gewoon, zo alledaags. Maar er zit een hele wereld achter. Neem nu dit gevonden boodschappenbriefje. Ongetwijfeld van een geordend, huishoudelijk type, want de schoonmaakspullen komen eerst. Aan het handschrift met zijn sierlijke g's te zien is de opsteller waarschijnlijk een vrouw. De boodschappen zijn voor een huishouden van beperkte omvang. Waarom zou je anders een klein pak toiletpapier kopen? Alhoewel zo'n bescheiden verpakking en het plakband ook op tripje naar een campingwinkel zouden kunnen duiden. Sowieso is alles in het klein: de koffiecupsjes, de pindakaas. Zelfs Sorbo en Pritt zijn met een kleine letter gespeld. Er past vast niet veel in de caravan.

Opvallend trouwens, al die aanwijzingen tussen haakjes. Daar slaat je fantasie van op hol. Zou ze een hele domme man hebben of eentje die nooit boodschappen doet en die het nu voor het eerst met een kort briefje mag proberen omdat zij met een gebroken been op de bank ligt? Voor een persoon met autisme is het een hopeloos lijstje, ondanks die aanwijzingen. Welke soort Roosvicee bedoelt ze eigenlijk? En zit die groentelasagne ook in een pak? De aanwijzing 'dacht ik' bij het plakband loopt ook niet over van zelfverzekerdheid. Duidelijk is wel dat het briefje aan revisie onderhevig was. Gedempte stem uit een keukenkastje: "Schat, we hebben nog koffiecupsjes, o nee toch niet. En hagelslag hebben we ook nog. Nee, ik hoef geen jam."

Ik heb altijd een boodschappenbriefje bij me. Alleen met mijn neus op dat briefje gedrukt, overleef ik de supermarkt-keuzestress. Er zijn mensen die er prat op gaan dat ze geen briefje nodig hebben. Net zoals ik mezelf als kind reuze slim vond. Kijk maar naar dat fotootje hieronder waarop ik met zomerse, kortgeknipte haartjes sta, ik zal een jaar of vier zijn geweest. Dat is pas een banaan eten! Met die parmantigheid werd ik natuurlijk heerlijk geplaagd; mijn oma zie je al een beetje lachen. Dat heeft echter nooit geholpen, ik ben nog steeds even parmantig als toen. Hoe zou ik anders in een kookrubriek durven schrijven dat groentelasagne echt een stuk minder lekker is dan lasagne met traditionele tomaten/gehaktsaus?

Eet smakelijk! Mathilde



Gehakt lasagne (4 personen)

Ingrediënten: 6 grote vellen verse lasagne, 500 gram mager rundergehakt, 4 Turkse knoflookworstjes, 2 kilo verse tomaten, 2 blikjes tomatenpuree, peper, zout, olijfolie, Parmezaanse kaas

Bereiding: Braad het gehakt rul en bruin in de olijfolie. Snij de knoflookworstjes in kleine stukjes en bak mee met het gehakt. Voeg de tomatenpuree toe en de verse tomaten in grove stukken. Strooi er naar smaak peper en zout over. Laat de saus minimaal twee uur zachtjes sudderen, tot de olie boven komt drijven. Doe er een beetje water bij als de saus te dik wordt. Zet de oven op 180 graden. Schep een laag saus in een ovenschaal en leg daar lasagnevellen overheen, eindig met een laag saus. Bak in 25 minuten gaar en bruin. Bestrooi de lasagne voor het serveren royaal met Parmezaanse kaas. Lekker met verse kropsla.

Weetje: Een rechthoekig, plat velletje pasta heet lasagna, twee of meer lasagne. Volgens Wikipedia komt de naam voor dit typisch Italiaanse gerecht uit Griekenland, waar "lasanon" platte deegkoek betekent.

Het SCHILDERIJ

Thuis hangt boven de tv-kast mijn lievelings-schilderij. Het is ook meteen mijn enige. We doen verder niet aan kunst maar dit is daar een uitzondering op. Het is een gezellige, klassieke weergave van een oud boertje die zijn schapen laat grazen in een weiland waar het gras al zichtbaar minder wordt. Leunend op een tak als wandelstok tuurt hij de verte in. Met zijn hele houding verraadt hij alle tijd van de wereld te hebben. Verzonken in een overpeinzing waarvan de inhoud zich te raden laat. Ik kijk er graag naar. Er zit een simpele, witte lijst omheen. Weinig spannends maar met het doek erbij een perfecte match. De oude man waakt vanonder een beginnende wolkbreuk over zijn schapen die grazen dat het een lieve lust is. Ze kennen geen haast. Ik wil denken dat het die dag een beetje waaierig was. Een opgeklarde dag ergens in november. Wat frisjes maar wel iets warmer dan verwacht. Aangenaam. Telkens als ik wegzak in een korte beschouwing van het verhaal erachter, zie ik iets nieuws. Vermoed ik wat anders.



Ik weet dat het schilderij in geld weinig waarde heeft. Er is naar gekeken. Ik hou maar even voor mezelf wat ik ervoor betaald heb in de antiekwinkel die de allure droeg van een rommelmarkt. Het hing hoog aan de muur, volledig uit zicht. Bijna tegen het plafond aan. Er zat zelfs geen prijskaartje bij, de verkoper verzon iets ter plekke. Met het bedrag dat hij noemde verklapte hij zelf geen fan van het werk te zijn. Hoe iemand met de scherpste ogen soms nog zo ontzettend blind kan zijn.

In het midden, onder een van de schaapjes, staat een handtekening waar helaas geen naam uit op te maken valt. Misschien is het wel geen handtekening maar onderdeel van het decor. Een paar bruine takken van een struik of de schaduw van een bergje zand. Dat blijft dus nog even een mysterie, maar dat is niet erg. Als het doek ineens twee miljoen euro waard blijkt te zijn verkoop ik het uiteraard meteen. Maar dan ben ik het kwijt en dat moeten we niet hebben.

Ik twijfelde even of ik hier een foto van het schilderij zou plaatsen, maar ik doe het niet. U heeft er waarschijnlijk zelf al een beeld van. De oude man leunend op zijn tak, hier en daar een schaapje. Misschien zijn het er in uw gedachten wel ontzettend veel. Of regent het, waait het er verschrikkelijk en is de oude man niet te genieten. Maak er iets moois van. Het is nu ook een beetje uw schilderij.

Ward de Weerd komt voor in een drukbevolkt woongebied. Het is een nachtmens maar toont zich overdag redelijk begaan met zijn omgeving. Hij observeert het gedrag van zijn soortgenoten en denkt er vaak het zijne van. Je kunt hem regelmatig horen brullen in TREF.

