

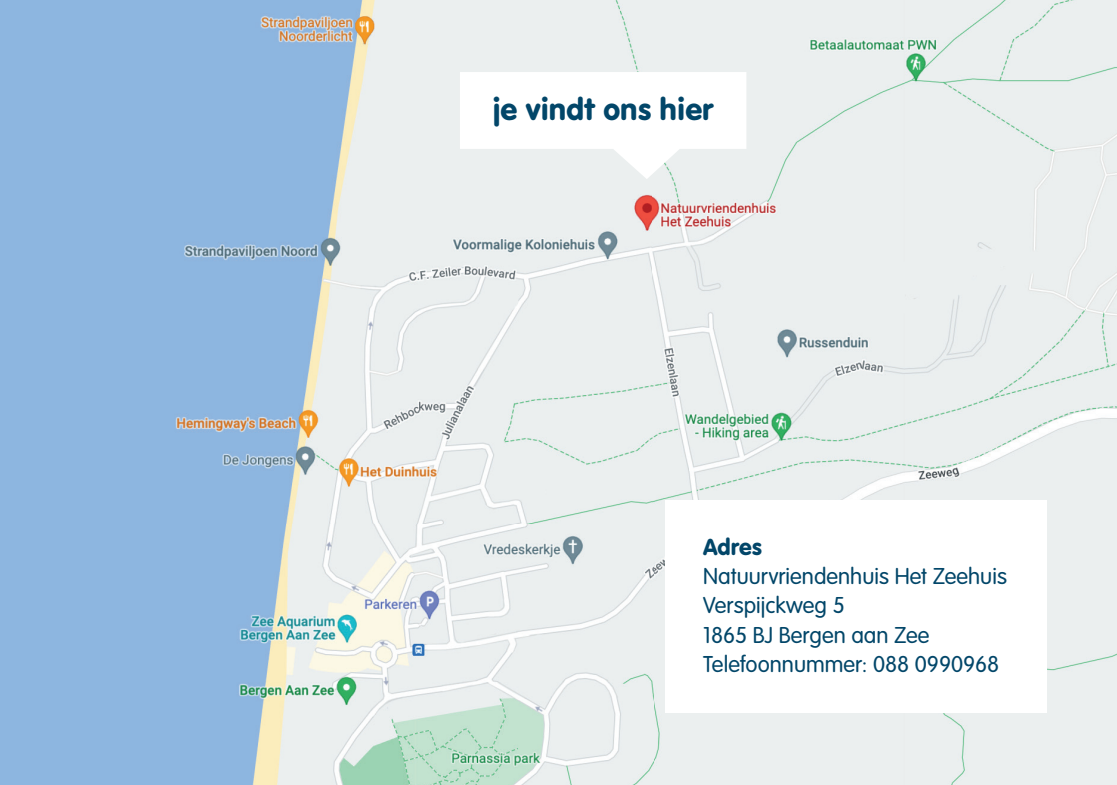
“Wat geven wij door?”



“We hebben het Geweten”

“Wat geven wij door?”

Volgend jaar zijn er weer twee Nivon Vrouwencursusweken:
30 okt. t/m 3 november en 6 t/m 10 november 2023 — Koos Vorrinkhuis



programmaboekje 2022

Nivon Vrouwencursusweken

Week 1

7 t/m 11 november 2022
Gastvrouw VCW bereikbaar
tel: 06 45 73 28 26

Week 2

14 t/m 18 november 2022
Gastvrouw VCW bereikbaar
tel: 06 28 44 31 03

voorwoord

We hebben het Geweten

Dat is het thema van de 73e vrouwencursusweken die in november plaatsvinden in Het Zeehuis in Bergen aan Zee.

De week zal dit keer grotendeels in het teken staan van Klimaat en Duurzaamheid. De werkgroep VCW heeft zich hiervoor laten inspireren door het boek *De Fundamenten* van Ramsey Nasr. We hebben jullie gevraagd om dit boek voorafgaand aan de VCW te lezen. Op maandagmiddag gaan we dit boek (met name hoofdstuk 3) bespreken in leesgroepen. Jullie hebben via de mail de leeswijzer ontvangen.

Bij het thema "We hebben het Geweten" heeft Geweten een dubbele betekenis. We weten immers dat ons gedrag leidt tot opwarming en uitputting van de aarde. Hiervoor is ruim vijftig jaar geleden al gewaarschuwd. 'We' zijn *toch doorgegaan met ons voor de aarde belastende gedag*. Het gescheitste ernstige toekomst-scenario knaagt dan ook geregeld aan ons Geweten. Bij de ondertitel van ons thema "**Wat geven wij door?**" gaat over de vraag wat wij (onze generatie) doorgeven aan toekomstige generaties. Het is meer dan ooit van belang om daarbij stil te staan. Natuurlijk moeten we kijken naar ons eigen gedrag, maar dat is zeker niet voldoende!

De sprekers die we voor deze week hebben uitgenodigd, belichten het thema vanuit verschillende invalshoeken

- **Jaap Tielbeke**, schrijver van het boek: *"Een beter milieu begint niet bij jezelf"* Over *"Opgroeien terwijl de wereld in brand staat"*
- **Andreas Wismeijer** over *"De irrationele mens in relatie tot klimaatverandering"*
- **Elise van den Berg** geeft een presentatie naar aanleiding van het boek: *"Het Happy 2050 Scenario"*, geschreven door **Babette Porcelijn**
- **Iris Vermaas** (landelijk bureau) en **Celine Steenbergen** (NivonJong) geven in een korte lezing hun visie op ons thema en gaan hierover met ons in gesprek.

Het zijn zware onderwerpen; het belooft dus een pittige week te worden. Ter afwisseling en ontspanning gaan we een dagje uit en is er zang, muziek en dans. En gedurende de week is er voldoende gelegenheid voor een wandeling, mooie gesprekken of het leggen van een puzzel.

het programma

Van dag tot dag

Maandag

vanaf 11 uur	Welkom, koffie en thee staan klaar
12.30 uur	Lunchbuffet
14.00 uur	Doorgeefspel
14.30 uur	Leesgroepen De Fundamenten van Ramsey Nasr
18.00 uur	Diner
20.00 uur	Andreas Wismeijer - De irrationele mens en klimaatverandering

Dinsdag

08.30 uur	Ontbijtbuffet
10.00 uur	Presentatie Jaap Tielbeke – Een beter milieu begint niet bij jezelf
12.30 uur	Lunchbuffet
14.30 uur	Zingen met Jules Bart (week 1) <i>of</i>
14.30 uur	Yvonne van Sark - Opgroeien terwijl de wereld in brand staat (week 2)
18.00 uur	Diner
20.00 uur	Yvonne van Sark - Opgroeien terwijl de wereld in brand staat (week 1)
20.00 uur	Zingen met Jules Bart (week 2)

Woensdag

08.00 uur	Ontbijtbuffet en koffie
09.15 uur	Dagje uit
18.00 uur	Diner
20.00 uur	Dans wat je kan

het programma

Van dag tot dag

Donderdag

08.30 uur	Ontbijtbuffet
10.00 uur	Elise van den Berg - The Happy 2050 scenario
12.30 uur	Lunchbuffet
13.30 uur	Vrije middag, of gedichten schrijven
18.00 uur	Feestelijk diner
20.30 uur	Optreden Onstuimig Schuim

Vrijdag

08.00 uur	Ontbijtbuffet
	Dan tijd om in te pakken en schoon te maken
10.00 uur	Discussie over het thema met jongeren van het Nivon
12.00 uur	Soep en broodjes
13.00 uur	Afscheid en naar huis

Meenemen naar de vrouwencursusweken

- Bewijs lidmaatschap NIVON
- Onderlaken-sloop- dekbedhoes-handdoeken
(eventueel te huren in het huis)
- Museumkaart (indien in bezit)
- Schrijfmateriaal
- Een dichte envelop met contactadres en eventuele medicijnen/ medische gegevens voor het geval dat. Is er niets gebeurd krijg je de envelop ongeopend weer terug.
- Iets voor het doorgeefspel (zie uitleg verderop in het boekje)
- Makkelijke schoenen om op te dansen

Afhankelijk van de situatie met betrekking tot corona en de dan geldende maatregelen kan er aanvullend worden gevraagd om de QR-code op telefoon of een papieren vaccinatiebewijs

doorgeefspel

Wat geef je door?

Het thema van onze week is: **'We hebben het Geweten'**.

Op maandagmiddag gaan we iets doen met de ondertitel van het thema: *'Wat geef je door'*. Het wordt een zgn. doorgeefspel.

Hiervoor is het de bedoeling dat je iets meeneemt wat je al in huis hebt, of iets dat je speciaal voor deze gelegenheid maakt: iets dat je door wilt geven aan een andere deelnemer. Het is zeker niet de bedoeling dat het om iets kostbaars gaat, maar wel iets wat symbool staat voor dat wat je belangrijk of leuk of mooi vindt om door te geven. Naast het voorwerp horen we tijdens het doorgeven graag waar het voor jou voor staat en waarom jij het belangrijk of leuk vindt om het door te geven. We geven geen voorbeelden, kijk zelf wat voor jou een geschikt voorwerp is. Voorafgaand aan het spel leggen we uit hoe we *'het doorgeven'* gaan doen.



bron: beeld - Annecatures

maandagmiddag

Leesgroepen

Maandagmiddag, na het doorgeefspel, gaan we met elkaar in discussie over het boek *De Fundamenten* van **Ramsey Nasr**. Het zou fijn zijn wanneer jullie, voorafgaand aan de week, dit boek hebben kunnen lezen. Om de discussie wat te vergemakkelijken hebben we een zgn. leeswijzer opgesteld, een samenvatting van het boek met daaraan gekoppeld een aantal vragen. Deze leeswijzer kan ons op weg helpen bij de discussie en bij het programma in de rest van de week. Jullie zullen de leeswijzer uiterlijk in oktober via de mail ontvangen.

Ramsey Nasr is een internationaal georiënteerde kunstenaar die met zijn werk vele prijzen heeft gewonnen. Als vele anderen kon Ramsey Nasr in deze coronaperiode niet naar zijn werk, de culturele instellingen waren immers gesloten, en vanuit zijn thuissituatie begon hij te reflecteren op de wereld om ons heen. Hij ervoer wat we lange tijd niet, of onvoldoende, wilden zien: *de fundamenten van onze samenleving zijn aangetast*. Het politieke en economische systeem reageert hier niet op en kijkt machteloos toe.

We zijn terecht gekomen in een (klimaat)crisis, die zo snel als mogelijk bezworen moet worden. Dit vraagt zijns inziens om een radicale omslag in ons denken en doen. Meer dan ooit moeten we ons realiseren dat de aarde niet onuitputtelijk energie kan leveren en dat we niet met z'n allen op eenzelfde westers welvaartsniveau kunnen blijven leven. Overheid en belangenorganisaties moeten hierin wereldwijd een cruciale rol vervullen.

Het geluid van Nasr is helaas niet nieuw. Vijftig jaar geleden verscheen het rapport van de Club van Rome: grenzen aan de groei. De waarschuwingen van toen zijn nog steeds actueel. Maar nog steeds hebben we onvoldoende antwoorden op de vragen die ons bezighouden: wat kunnen we doen, wat kunnen we afdwingen om een houdbare wereld tot stand te brengen, en vooral om deze wereld in stand te houden voor de volgende generaties.

Inmiddels zijn deze vragen nog urgenter geworden. De actuele situatie in verband met de oorlog in de Oekraïne nodt ons tot nog meer reflectie. Naar wat we altijd al geweten hebben zullen we nu nog wezenlijker, nog fundamenteler moeten handelen. Als maatschappelijk betrokken schrijver nodigt Nasr ons in zijn boek *De Fundamenten* uit om het ondenkbare denkbaar te maken en onze plek op aarde radicaal te herzien.

maandagavond

De irrationele mens

Andreas Wismeijer is een gedreven onderzoeker met die ene grote passie: het begrijpen van menselijk gedrag. Hij heeft een *'Leergang Psychologie'* ontwikkeld die bestaat uit zeven cursussen. Op aanvraag ontwikkelt hij specifieke lezingen, onder andere over gedragsverandering, bewustwording en motivatie.

De vraag die wij aan Andreas voorlegden was: 'Waarom is het gedrag van mensen zo moeilijk te veranderen als het gaat over klimaatproblematiek?' Het Nivon draagt van oudsher de natuur een warm hart toe en zet alle zeilen bij voor verdere verduurzaming van de 13 Nivon Natuurvriendenhuizen. Acht huizen hebben inmiddels een Green Key Certificaat. Met het bewustzijn zit het bij het Nivon wel goed, maar het blijkt desondanks voor menig vrijwilliger en deelnemer moeilijk te zijn om het individuele, dagelijkse gedrag te veranderen.

'Vroeger mochten we geen alcohol drinken, nu mogen we geen vlees meer eten'. Niets menselijks is ons vreemd, we blijven vliegen, vlees eten, foute kleding kopen, open haard stoken en eten kopen in plastic verpakkingen. We willen wel anders handelen maar het moet leuk en vooral betaalbaar blijven. Zijn het praktische belemmeringen die ons weerhouden van duurzamer gedrag?

Wanneer we kijken naar de energie-transitie lijkt een financiële prikkel het enige wat ons tot verandering aanzet. Hoe werkt dat nu eigenlijk in onze psyche? Is het van belang om psychologische strategieën in de klimaatproblematiek in te zetten? Oftewel: hoe kunnen we de irrationele mens in onszelf helpen de strijd met onszelf aan te gaan?

Andreas liet weten dat hij ons daarover wat kon vertellen. Hij komt op maandagavond. We zijn benieuwd!



bron: beeld - Jaap Tielbeke

Jaap Tielbeke - dinsdagmorgen

Een beter milieu begint niet bij jezelf

"Korter douchen, afval scheiden, minder vlees eten, minder vliegen. Allemaal goedbedoelde adviezen die ons dagelijks om de oren worden geslingerd. Een beter milieu begint immers bij jezelf ... Dat idee heeft **Jaap Tielbeke** losgelaten. De particuliere consument kan het probleem van de klimaatverandering niet oplossen. De enige optie is zijns inziens: rigoureuus ingrijpen door politiek en bedrijfsleven.

Tielbeke schreef het boek: *'Een beter milieu begint niet bij jezelf'*. Hierin prikt hij de mythes door die het huidige klimaatdebat in de greep houden. We staren ons blind op persoonlijke gedragsverandering en technologische innovatie, terwijl echte verandering begint bij de politiek. Niet bij de aanschaf van een Tesla, maar bij het investeren in het openbaar vervoer. Niet bij een bekering tot veganisme, maar bij het afschaffen van intensieve veehouderij. Een belangrijk en hoopvol boek, dat ons niet vrijpleit van actie, maar vooral laat zien hoe we de echte verantwoordelijken ter verantwoording kunnen roepen. Roxane van Iperen over het boek: 'Eindelijk iemand die het huidige, misleidende klimaatdebat doorprikt en zich niet op individuele gedragsverandering richt. Jaap Tielbeke laat met dit diepgaande en alomvattende boek zien hoe het anders kan, en moet.'

Jaap Tielbeke (1989) is journalist en redacteur bij De Groene Amsterdammer. Hij schrijft over klimaatverandering. Hij geeft op dinsdagmorgen een presentatie.



bron: beeld - Jaap Tielbeke

zing zing, zacht en hard met...

Jules Bart

'Overdag werkend met en voor dak- en thuislozen; in de avonden zingend met zeer gevarieerde groepen mensen.'

Harmonie, zinvolle tekst, altijd al geboeid door taal en tekens. Trouw aan de groepen waarmee ik mag werken. Kaskedieze, Hejmisj Zain en zeemannenkoor Zilt. Niet altijd perfectie nastrevend, maar ervoor zorgend dat de groep iets te melden heeft.

Begonnen met keurig Mozart op de piano, later straatliedjes zingend met een accordeon. Soms geëngageerd, toch ook wel alle kanten op kunnen, geboeid door het rijke joodse repertoire, de prachtige Russische kerkzang, volksliedjes uit allerlei landen. Altijd weer leuk om een groep waar je nooit mee hebt gewerkt hebt te laten zingen en samen te brengen met mooi, soms droevig, soms strijdlustig repertoire.



bron: beeld - Jules Bart

opgroeien in een wereld

Die in brand staat

Hoe is het voor jongeren om volwassen te worden in deze tijd? Stel je voor: je bent de wereld, en jouw plek in die wereld, net aan het verkennen. En dan ontdek je dat wetenschappers het eens zijn over het feit dat klimaatverandering de aarde zo snel opwarmt dat grote delen van de planeet onleefbaar worden. Dat het aantal planten- en diersoorten achteruit dendert. En er is geen plan(eet) B.

Yvonne van Sark, jongerenexpert en moeder, is verbonden aan Youngworks.

Ze schreef eerder de boeken *'Puberbrein binnenstebuiten'*, *'Motivatie binnenste-buiten'* en *'Talent binnenstebuiten'*. Vorig jaar verscheen *'Opgroeien terwijl de wereld in brand staat'*. In dit boek laat ze zien dat juist jongeren, generatiegenoten van Greta Thunberg, een unieke rol kunnen en willen spelen op het gebied van duurzaamheid. Nederland kent vele jonge koplopers die allang gestart zijn met impact maken. Als duurzame consument, als (toekomstig) professional, als activist of via de politiek. In haar presentatie belicht Yvonne waarom juist jongeren belangrijk zijn bij duurzame transitie en hoe we vooral met en door hen kunnen leren duurzamer te leven.

Een (vertaald) citaat van Jane Goodall: Er is een oud gezegde dat luidt: 'We erven de aarde niet van onze voorouders, we lenen het van onze kinderen.' Maar ik geloof niet dat we de planeet 'lenen' van onze kinderen - we stelen het van hen. En als we ons roekeloze gedrag niet stoppen, is er geen toekomst voor onze kinderen om te erven.



bron: beeld - Yvonne van Sark

woensdag

Dagje uit

Het dagje uit brengt ons dit keer naar Schoorl en naar Alkmaar. De eerste stop van de bus is bij Buitencentrum Schoorlse duinen. Daar krijgen we koffie en appelgebak. Daarna stappen we in de Zonnetrein voor een rit door de duinen. Deze trein rijdt deels op zonne-energie. We krijgen een toelichting van Frank Hoogvorst. Terug bij het Buitencentrum kunnen we genieten van een Hollandse lunch. Daarna rijdt de bus ons naar Alkmaar.

Daar kan ieder haars weegs gaan. Zo kun je een bezoek brengen aan het Stedelijk museum Alkmaar (met expositie over de geschiedenis en kunst van de stad) of aan het Kaasmuseum of het Beatles- en Elvismuseum. Deze drie musea zijn gratis met de Museumkaart. Neem deze dus mee! Tussendoor kun je wat wandelen en rondkijken in het aantrekkelijke centrum van de stad Alkmaar.

Rond 16.30 uur vertrekt de bus weer vanuit Alkmaar naar het Zeehuis.



bron: beeld - Schoorlse duinen

woensdagavond

Dans wat je kan!

Saskia van der Kreke heeft na haar klassieke balletopleiding aan de Nel Roos Academie een eigen balletschool gehad. Daarnaast heeft zij een passie voor flamenco, die zij danst in haar vrije tijd. Momenteel werkt Saskia ook als dansdocent bij diverse culturele centra en bij Projects Unlimited, die dansprojecten verzorgen op scholen door het hele land. In 2018 heeft ze een opleiding gevolgd bij Switch2move, waar ze haar specialisatie voor 'Dans wat je kan!' heeft geleerd.

De danssessie begint vanuit de stoel en gaat langzaam over in staand. Mensen die slecht ter been zijn mogen blijven zitten. Het wordt een mix van ontspanning, balans en eenvoudige dansbewegingen op heerlijke muziek. Het dansen is bedoeld voor iedereen, ongeacht de leeftijd of conditie.

Op woensdagavond gaan we met Saskia 'Dansen wat we kunnen!'.



bron: beeld - Saskia van der Kreke

donderdagmorgen

Het Happy 2050 Scenario

Veel deelnemers aan de vrouwencursusweken zullen zich herinneren dat **Babette Porcelijn** in 2018 een presentatie gaf over *'De verborgen impact'*. Babette heeft sindsdien verder onderzoek gedaan, en dat heeft geresulteerd in het boek *'Het Happy 2050 Scenario'*.

Babette sprak voor het boek met tientallen experts. Ze bestudeerde vele artikelen en rapporten. Op basis van al die wetenschappelijke inzichten ontwikkelde ze een zo compleet mogelijk plan van aanpak. Het plan omvat een systeemverandering met een heleboel knoppen om aan te draaien.

Met dashboards, spelregels en vuistregels. Porcelijn wil in het boek overzicht geven en prioriteiten blootleggen. Alles wat invloed heeft op ons geluk komt voorbij: welzijn, gelijke kansen, de economie, natuurlijke hulpbronnen, beleid en een veilige planeet.

Porcelijn laat de samenhang tussen al die onderwerpen zien, zodat er een helder beeld ontstaat welke ingrepen ons de meeste voorspoed zullen brengen. Hierbij geeft ze handvatten om zelf mee aan de slag te gaan. Want wij kunnen het verschil maken, als we onze slagkracht kennen.

Op donderdagmorgen komt Elise van den Berg (medewerker van Babette) een presentatie geven over *'Het Happy 2050 Scenario'*.



bron: beeld - Elise van den Berg

donderdagmiddag

De vrije dag

Deze middag mag je zelf invullen. We geven wel wat ideeën wat je zou kunnen doen.

- Een strand- of duinwandeling maken
- Museum Kranenburg bekijken
- Winkelen in Bergen met o.a. twee goede boekwinkels
- Een wandeling door Park Meerwijk in Bergen langs huizen van de Amsterdamse school.
- Een film bekijken in De Filmschuur in Bergen
- Een bezoek aan huize Gloria, het vroegere Bio-vakantieoord
- Lekker uitrusten voor het feestelijke diner van de donderdagavond.

Toch iets achter de hand!! Blijf je in het Zeehuis en wil je toch iets doen? Maak een Elfje, Haiku of Rondeel of kies je eigen dichtvorm en lees dat bij het feestelijke diner voor!

donderdagavond

Onstuimig Schuim

Onstuimig Schuim laat de zeeën ruisen, de liefdes opbloeien, de stormen gieren en de masten kraken met hun beeldende muziek en verhalen.

Alle emoties die de zee oproept verwerken ze in hun grotendeels zelfgeschreven Nederlandstalige liederen en volksmuziek. Hun verhalen spelen zich af in zeemanskroegen van de havensteden, vissersdorpen aan de Zuiderzee, op de getijdestromen van de Waddenzee en ze nemen ons zelfs mee op hun VOC-reizen naar verre kusten.

Hun liederen gaan over weemoed, werklust, ontberingen, angsten, dromen en zoute verlangens. Ze worden met veel overtuiging en enthousiasme vertolkt. Er valt voor het publiek veel mee te zingen, mee te lachen, maar ook ontroerd te raken.

Ze zijn met zijn zevenen en maken bij de liederen hun eigen muziek op accordeon, gitaren, mondharmonica, fluiten, saxofoon, cello, cagon, kleppers en zelfs een Mexicaanse boon.

Onstuimig Schuim treedt op donderdagavond – na het feestelijk diner – voor ons op.

bron: beeld - Onstuimig schuim



vrijdagochtend

Iris Vermaas en Céline Steenberg

Op vrijdagochtend geven we de microfoon aan twee 'jongeren' van het Nivon. **Iris Vermaas** (communicatieadviseur van het landelijk bureau) en **Céline Steenberg** (Projectleider NivonJong) geven tijdens een korte lezing hun visie op de thema's die wij tijdens deze VCW behandelen. Hoe kijken de (Nivon)jongeren aan tegen de noodsituatie waarin onze planeet verkeert, de klimaatcrisis en – breed geformuleerd – de huidige maatschappij? Hierover gaan we met elkaar in gesprek.

Dat NivonJong staat voor Groen (moet je doen) bewijst het volgende: Nivon Jong heeft tijdens de Nivonraad in juni een motie ingediend, uitgaande van: 'vegetarisch eten is standaard de norm'. Deze motie werd met een grote meerderheid aangenomen. Bij Nivon-bijeenkomsten wordt voortaan standaard vegetarisch gekookt. Wie graag vlees of vis wil eten, moet dat speciaal aangeven. Per keer zal dan worden bezien of aan deze wens kan worden voldaan.

Overigens: Deze vrouwencursusweken zijn – gelet op het thema – bijna geheel vegetarisch. Dit was al voor deze motie besloten.



bron: beeld - Céline Steenberg



bron: beeld - Iris Vermaas

programma-overzicht

De weken

Week 1 (7 t/m 11 november 2022)

Gastvrouwen

- Hanneke Leeuwerink 06 44 07 67 60
- Elly Mohl 06 11 35 03 69
- Anneloes Siegmund 06 45 73 28 26
- Winy Verdegaa 06 47 00 27 48

Kookteam

Geesje van der Korf | Adri Coenders-Leeuwerink | Tilly Deelen | Wijnie Habermehl

Week 2 (14 t/m 18 november 2022)

Gastvrouwen

- Greet Harinck 06 13 55 55 56
- Leni de Jager 06 28 44 31 03
- Floor de Jong 06 13 75 02 46

Kookteam

Anneke Ruttenberg | Ria Mesker | Leni Westhoven | Marian Leenen

De maaltijden

Ontbijt en lunch worden net als vorig jaar in buffetvorm klaargezet. Fris en wijn staan klaar vanaf 17.00 uur (glaasje wijn €0,50)

Het corvee

Er worden weer lijsten opgehangen waarop iedereen zelf aankruist welke corveetaken zij wanneer wil doen.