

Nivon Vrouwencursusweken 2023

# Verschuivingen

'Waar zijn wij aan zet?'



30 oktober t/m 3 november  
6 t/m 10 november 2023

Koos Vorrinkhuis - Lage Vuursche

## Programmaboekje 2023

# Nivon Vrouwencursusweken

### Week 1

30 oktober t/m 3 november 2023

Gastvrouw VCW bereikbaar op 06-28 443 103

### Week 2

6 t/m 10 november 2023

Gastvrouw VCW bereikbaar op 06-29 191 435

### Telefoonnummers:

088-09 909 63 (receptie)

088-09 909 83 (voor boekingen als je een dag eerder wilt komen – meld dan dat je naar de VCW gaat, dan krijg je meteen de juiste kamer voor die week)

Bereikbaarheid met het openbaar vervoer: In het dorp is de bushalte van lijn 59. Je kunt deze bus nemen vanaf de stations: Hilversum, Hilversum Sportpark, Den Dolder en Zeist. Deze bus rijdt helaas niet op zaterdag en zondag. Als je een dag eerder wilt komen zijn er voor OV-reizigers de volgende alternatieven: het huren van een OV-fiets op station Hollandsche Rading of je kunt proberen de Regiotaxi Eemland-Heuvelrug te reserveren (0900-11 224 45).

De Vrouwencursusweken 2023 vinden plaats in het **Koos Vorrinkhuis**  
Koudelaan 16, 3749 AM Lage Vuursche

## Voorwoord

**Het thema van deze Nivon Vrouwencursusweken is: 'Verschuivingen', met als ondertitel: 'Waar zijn wij aan zet?'**

Verschuivingen zijn van alle tijden en zien we op alle terreinen in de samenleving. Vanuit die achtergrond hebben we gekeken naar een passende invulling van dit thema. We kijken hoe deze verschuivingen ons beïnvloeden, maar ook naar onze mogelijkheden om hieraan zelf, als burgers van deze samenleving, een positieve bijdrage te leveren. Niet alle verschuivingen zijn immers slecht. Denk bijvoorbeeld aan de grote verbeteringen in het onderwijs, de gezondheidszorg en in de economische zelfstandigheid van vrouwen. Maar verschuivingen roepen ook vragen op. Waar gaat dit naar toe? Wat betekent dit voor mij? Mag ik er ook zelf wat van vinden? Waar heb ik invloed? Denk bijvoorbeeld aan de verschuivingen in het klimaat en de discussies over artificiële intelligentie. Hoe gaat het met onze democratie? Doet mijn stem er nog toe?

En dan hebben we nog niet eens gesproken over de wereldwijde demografische verschuivingen. Al eeuwenlang zijn mensen waar ook ter wereld op zoek naar veiligheid en naar verbetering van hun bestaan. We komen de voorbeelden hiervan dagelijks tegen. Kortom, veel stof tot nadenken, en om tot handelen over te gaan.

Met het programma van deze VCW hopen we jullie te inspireren om op een passende wijze met al deze verschuivingen om te gaan. Zo zijn er inleidingen over verschuivingen in migratie, economie, politiek engagement en kunstmatige intelligentie. Met daarnaast, als altijd, in het avondprogramma aandacht voor onze eigen creatieve talenten, en op woensdag het gezamenlijke dagje uit. En dit alles, ook als altijd, omlijst met gezonde maaltijden bereid door de twee kookteams.

Wij kijken er naar uit. En jullie hopelijk ook.

De werkgroep VCW wenst jullie een hele mooie en inspirerende week!  
**Anneloes, Elly, Floor, Greet, Hanneke, Leni en Winy**



## Het programma

### ***Van dag tot dag***

#### **Maandag**

vanaf 11 uur	Welkom, koffie en thee staan klaar
12.30 uur	Lunchbuffet
14.00 uur	Migratie in historisch perspectief
18.00 uur	Diner
20.00 uur	Workshop Positieve communicatie met Petra Goudappel

#### **Dinsdag**

08.30 uur	Ontbijtbuffet
10.00 uur	Verschuivingen in de democratie
12.30 uur	Lunchbuffet
14.30 uur	Paul Schenderling over Er is leven na de groei
18.00 uur	Diner
20.00 uur	Afrikaans dansen met Noëlla Das

#### **Woensdag**

08.00 uur	Ontbijtbuffet en koffie
09.15 uur	Dagje uit: vaartocht over de Vecht en stadsbezoek Utrecht
18.00 uur	Diner
20.00 uur	Creatief met Verschuivingen

#### **Donderdag**

08.30 uur	Ontbijtbuffet
10.00 uur	Sieuwert van Otterloo over verschuivingen in de digitale wereld / AI
12.30 uur	Lunchbuffet
13.30 uur	Vrije middag of wandelen met boswachter Bertus van den Brink
18.00 uur	Feestelijk diner
20.30 uur	Theatraal zingen met Dubravka

#### **Vrijdag**

08.00 uur	Ontbijtbuffet, daarna tijd om in te pakken en de kamer schoon te maken
10.00 uur	Uitgebreid koffie
10.20 uur	Puk van Noort over Extinction Rebellion. Tevens terugblik op de week, wat hebben we deze week meegekregen, waar kunnen wij invloed hebben en wat zou het Nivon kunnen doen?
12.00 uur	Afsluiting, zaal schoonmaken en afscheid
13.00 uur	Naar huis

#### **Meenemen naar de vrouwencursusweken:**

- Bewijs lidmaatschap NIVON.
- Onderlaken-sloop- dekbedhoes-handdoeken (eventueel te huren in het huis).
- Museumkaart (indien in bezit) voor middag in Utrecht.
- Schrijfmateriaal.
- Papierschaar en aantrekkelijke tijdschriftpagina's (voor creatief).
- Een dichte envelop met contactadres en eventuele medicijnen/ medische gegevens voor het geval dat. (Is er niets gebeurd, dan krijg je de envelop ongeopend weer terug).
- Makkelijke schoenen om op te dansen.

## Algemene informatie

**Week 1** (30 oktober t/m 3 november 2023)

### Gastvrouwen

- Greet Harinck 06 13 555 556
- Leni de Jager 06 28 443 103
- Floor de Jong 06 13 750 246

### Kookteam

Marion Leenen, Ria Mesker, Anneke Ruttenberg, Leni Westhoven.

**Week 2** (6 november t/m 10 november)

### Gastvrouwen

- Hanneke Leeuwerink 06 44 076 760
- Elly Mohl 06 11 350 369
- Anneloes Siegmund 06 45 732 826
- Winy Verdegaal 06 47 002 748

### Kookteam

Gerdien van den Broek, Wijnie Habermehl, Geesje van der Korf, Jet Witte.

### De maaltijden

Alle maaltijden zijn vegetarisch, dus zonder vlees of vis. Ontbijt en lunch worden in buffetvorm klaargezet. Fris en wijn staan klaar van 17.00 - 18.00 uur en na het avondprogramma (alcoholhoudende dranken €1,00 per glas).

### Het corvee

Op maandag hangen er corveelijsten, waarop ieder zelf aankruist welke drie à vier corveetaken zij wil doen.

## Maandagmiddag

### Migratie, wereldwijde verschuivingen in de bevolking

De maandagmiddag staat in het teken van Migratie. Een actueel onderwerp; het kabinet is in juli gevallen na onenigheid over dit thema.

### Waar komen wij vandaan?

Migratie heeft ook betrekking op ons eigen persoonlijk leven. Wat kunnen wij vertellen over waar wij, via onze voorouders, vandaan komen? Wat hebben wij van hen meegekregen? Soms hebben onze (voor)ouders hun leven lang in dezelfde straat gewoond, anderen kwamen van verre en brachten een nieuw geloof of cultuur mee. Tijdens de lunch op maandagmiddag liggen er 'geeltjes' op tafel waarop ieder kan schrijven waar haar voorouders vandaan kwamen, voor zover je dit weet. Tijdens de lunch kan dit aan de tafels worden uitgewisseld. Na de lunch zal een van de gastvrouwen de teksten van deze geeltjes voorlezen. Mocht hiervoor de tijd ontbreken, dan gaan we hiermee later in de middag (na de spreker) verder.

### Migratie in historisch perspectief

Na deze korte kennismaking gaan we plenair verder met het thema Migratie. Individuele reizigers, kleinschalige trektochten, grootschalige landverhuizingen, op de vlucht voor geweld of het klimaat. Het is van alle tijden. We kunnen de voorbeelden bedenken en benoemen, met alle daaraan verbonden maatschappelijke aspecten. Wie daar vooral veel over kunnen vertellen zijn de inleiders op de maandagmiddag, resp. **Carolus Grütters** op maandag 30 oktober en **Jelle van Lottum** op maandag 6 november. Beiden hebben hun sporen verdiend in hun onderzoek naar en publicaties over de geschiedenis van migratie en een visie ontwikkeld op hoe ook wij in eigen land en in Europees verband, hiermee om zouden kunnen gaan.

Carolus Grütters is als research Fellow verbonden aan het Centrum voor Migratierecht van de Radboud Universiteit te Nijmegen en is een groot pleitbezorger van een adequate en kleinschalige opvang van asielzoekers in alle gemeenten. Jelle van Lottum is hoofd van de afdeling geschiedenis van het Huygens Instituut voor Nederlandse geschiedenis en cultuur en hoogleraar Migratiegeschiedenis aan de Radboud Universiteit te Nijmegen.

In hun inleiding zullen zij vanuit het historisch perspectief ingaan op het verleden en heden van het fenomeen migratie en van de zoektochten van mensen naar veiligheid, geluk, werk en ontplooiing, zowel voor zichzelf als voor hun kinderen en kleinkinderen.





## Workshop

### **Positieve verbindende communicatie**

Juist in tijden van Verschuivingen hebben we grote behoefte aan Verbinding. Daarom gaan we op maandagavond aan de slag met Verbindende communicatie.

De kwaliteit van onze relaties wordt voor een groot gedeelte bepaald door communicatie. Wanneer de verbinding met de ander (of jezelf) onder druk staat, vraagt dat om een heldere communicatie. In deze workshop kijken we hoe we vanuit de positieve, verbindende communicatie, beter kunnen samenwerken, conflicten kunnen ombuigen en hierdoor beter in verbinding komen met onszelf en de ander.

We maken kennis met het vier-fasen-proces van Verbindende Communicatie. Aan de hand van praktijksituaties, aangevuld met theorie en oefeningen zul je de stof en het

gedachtengoed eigen maken. We leren om achter de boodschap van de ander te kijken. Deze manier van communiceren sluit aan op de menselijke behoefte om gezien te worden en erkenning te krijgen voor onze binnenwereld (gevoelens en behoeften). Dit brengt openheid, verbondenheid en kwaliteit in je relaties. Je zult ervaren dat de gesprekken weer gaan stromen.

**Petra Goudappel** (1965) heeft een meanderende weg afgelegd om uiteindelijk te komen waar ze nu staat: onderwijskundig ambulante begeleider bij het Landelijk Netwerk Epilepsie en Onderwijs. Rode draad in haar loopbaan is haar belangstelling voor communicatie. Petra heeft veel plezier in het geven van lezingen en het geven van workshops. Haar aanpak is holistisch, creatief en inspirerend.



## Dinsdagochtend

### **Verschuivingen in de Democratie**

Deze ochtend staat in het teken van de verschuivingen in de democratie. Op het moment dat dit boekje wordt gemaakt is het niet duidelijk of de spreker(s) die wij op het oog hebben die ochtend beschikbaar zijn.

Mocht het niet lukken om een spreker te vinden, dan gaan we met elkaar met het onderwerp aan de slag. We hebben de beschikking over filmmateriaal waarin vanuit vier verschillende maatschappelijke hoeken het onderwerp "Wat is er aan de hand met de democratie?" aan de orde komt.

Ook kunnen we stilstaan bij het boek van Eva Rovers, getiteld: 'Nu is het aan ons', met als ondertitel 'oproep tot echte democratie', een schrijven waarin duidelijk over het voetlicht komt wat momenteel de kwalen van de democratie zijn en welke invloed wij er zelf op kunnen uitoefenen.

## Dinsdagmiddag - Paul Schenderling

### **Er is leven na de groei**

*"Een gelukkig samenleven binnen de grenzen van de aarde". Dat is het uiteindelijke doel dat Paul Schenderling nastreeft in zijn boek: 'Er is leven na de groei'.*

Het gaat zienderogen niet goed met het klimaat op aarde, de effecten zijn wereldwijd zichtbaar. Paul Schenderling benadrukt dat de mensheid drastisch - zo snel mogelijk - moet gaan bezuinigen op consumptie, om hiermee een complete catastrofe te voorkomen. Ondanks alle aandacht die hiervoor is, blijven veel mensen onverminderd doorgaan met vliegen, vlees eten en consumeren. De drive tot economische groei leidt alleen maar tot nog meer consumptie. Schenderling ziet een oplossing voor deze 'consumptiedwang' in fiscale maatregelen: arbeid minder belasten en aanzienlijk meer belasting heffen op vervuilende activiteiten. Daarnaast moeten vervuilende spullen, spullen die niet te repareren zijn en spullen waarin een kunstmatige veroudering is ingebouwd aanzienlijk zwaarder worden belast. Doorvoering van deze maatregelen zal automatisch leiden tot vermindering van de groei en dat heeft een effect op vermindering van CO2-uitstoot en vervuiling.

'Groene groei' is volgens Paul geen oplossing. In de praktijk wordt hierdoor juist meer geconsumeerd en daarmee wordt de milieuwinst ongedaan gemaakt. Bovendien kan de zogenaamde groene groei leiden tot (meestal in het buitenland) watervervuiling, ontbossing, chemische verontreiniging en biodiversiteitsverlies. Daarnaast worden miljoenen mensen in lagelonenlanden uitgebuit in dienst van de BV Nederland. Een moderne slavernij. We moeten naar een eerlijke handel.

Schenderling meent dat zijn plannen uiteindelijk zullen leiden tot een betere wereld: leven binnen de grenzen van de aarde, minder ongelijkheid, een stabielere werkgelegenheid, minder stress en meer menselijkheid. Dat klinkt toch interessant? Op dinsdagmiddag geeft Paul Schenderling hierover een presentatie.



**Paul Schenderling**  
Econoom, schrijver en spreker



**Noëlla Das**  
Danser, docent, muzikant  
en muziektherapeut

## Dinsdagavond

### **Afrikaanse dans**

Op dinsdagavond geeft Noëlla Das een workshop Afrikaanse dans.

Noëlla is danser, docent, muziektherapeut en muzikant. Met haar energieke, enthousiaste en positieve benadering wil ze iedereen, van beginner tot gevorderde, inspireren en laten verbinden met zichzelf, de dans en de omgeving.

We leren de basis van Afrikaanse dans. Op de warme en ritmische klanken kan niemand stil blijven staan! Ritme, swing en plezier staan centraal!

## Woensdag Dagje uit

In november zullen we niet zo op het dek kunnen zitten, maar we gaan wel varen op de Vecht. De bus vertrekt om 9.30 uur en deze brengt ons naar Maarssen. Dat is het startpunt van onze vaartocht naar Nieuwersluis. Hier was vroeger Natuurvriendenhuis Overholland.

Na de lunch op de boot gaan we weer in Maarssen van boord. Vervolgens brengt de bus ons naar Utrecht. Daar kan ieder op eigen gelegenheid de stad bezoeken. Er zijn diverse interessante musea. Je kunt ook een stadswandeling maken of winkelen. Voor museumbezoek zullen we aan het begin van de week nog tips geven. Neem je museumkaart dus mee!

### Wat kun je zoal doen op woensdagmiddag in Utrecht?

- Je kunt de Domtoren beklimmen. Een pittige work-out, want deze toren is 112 meter hoog.
- Heb je belangstelling voor kunst, dan kun je een bezoek brengen aan het **Centraal Museum**, Agnietenstraat 1. In november is er, naast de vaste collectie, een expositie van Pauline Curnier Jardin. Een unieke mix van performancekunst, film, sculptuur en installaties die conventionele normen uitdaagt en de stereotype verbeelding van de vrouw bevraagt.



### Andere musea die je kunt bezoeken zijn:

- **Het Spoorwegmuseum**  
Maliebaanstation 16.  

  - **Het Nijntje Museum**  
Agnietenstraat 2. Eigenlijk voor kinderen, maar leuk om te zien.
  - **Domunder**  
Domplein 4. Een ondergrondse ontdekkingsstocht door 2000 jaar Utrecht (mogelijk is reservering vooraf verplicht).
  - **Rietveld Schroderhuis**  
Pr. Hendriklaan 50 A.
  - **Museum Het Catherijneconvent**  
Lange Nieuwstraat 38.  
Een museum vol middeleeuwse kunst. Nu te zien: Fashion for God. Met weelderige modestoffen, oogverblindend borduurwerk en luxueuze high fashion uit de renaissance en barok. Rijkversierde mantels en overdadig gebloemde baljurken, exclusief gemaakt en hergebruikt om te stralen op het altaar in de periode van de Nederlandse schuilkerken.
  - **Museum Speelklok**  
Steenweg 6. Gratis rondleidingen door dit vrolijke museum met muziekinstrumenten. Rondleiding duurt 45 minuten en start ieder uur op het halve uur! De laatste start om 15.30 uur.
- Wil je nog meer opties voor deze middag? Kijk dan op: [www.OntdekUtrecht.nl](http://www.OntdekUtrecht.nl)

Woensdagavond

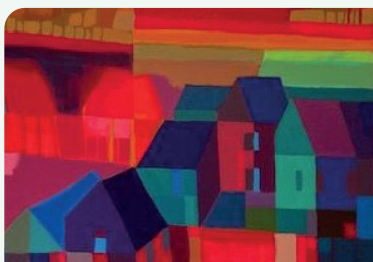
## ***Creatief met Verschuivingen***

**We gaan het thema Verschuivingen zelf in de praktijk brengen met niets anders dan wat papier, een schaar en een mobieltje om foto's te maken.**

Op een oppervlakte van 10 x 10 cm, 10 x 15, 15 x 15 cm kun je, door het heen en weer schuiven van het papier, iets abstracts in elkaar zetten, of bijvoorbeeld een landschap, een bos bloemen.

Knip eerst een aantal kleine (bijvoorbeeld geometrische) vormen uit papier. Dat kan effen papier zijn of papier met een dessin of afbeelding. Ga met deze vormen schuiven totdat je vindt dat je een mooie creatie hebt. Maak er dan zelf een foto van, want niets wordt bewaard, het blijven losse stukken papier waar je weer opnieuw mee kunt schuiven of je gebruikt de stukken van je burens.

Je kunt met deze workshop alle kanten op. Laat vooral je eigen fantasie werken! Ter inspiratie twee plaatjes.



Een detail van een schilderij van Ton Schulte waar hij vooral geometrische vormen gebruikt.



Hierboven glaswerk met min of meer geometrische vormen.

**Tip:** Van de foto kun je kaarten laten maken, bij bijvoorbeeld de Hema of Albelli.  
**Neem mee:** Een papierschaar en kijk eens in een tijdschrift naar een bladzijde waaruit je mooie stukjes kunt knippen. Wij zorgen ook voor wat papier.



**Sieuwert van Otterloo**  
*Lector AI Hogeschool Utrecht*

## Donderdagochtend ***Sieuwert van Otterloo***

### **Hoe AI en algoritmes de samenleving veranderen**

De ontwikkeling van kunstmatige intelligentie (AI) heeft geleid tot algoritmes die verrassend goed zijn in allerlei taken. Het schrijven van tekst, maken van foto's, het doen van voorspellingen, het selecteren van werknemers en het opsporen van fraude zijn nog maar enkele mogelijkheden.

Het is waarschijnlijk dat deze algoritmes op veel plaatsen in de samenleving zullen worden gebruikt. Dit heeft echter niet alleen voordelen maar ook risico's. In deze lezing van Dr. Sieuwert van Otterloo, lector AI aan de Hogeschool Utrecht, zullen we bespreken wat de risico's zijn voor bijvoorbeeld gezondheidszorg, democratie en journalistiek, kunst en contact met de overheid.





Donderdagmiddag

## ***Wandelen met de boswachter***

Het bos rond het Koos Vorrinkhuis nodigt uit tot wandelen. Vanmiddag gaan we een stukje bos verkennen onder leiding van IVN natuurgidsen Bertus van den Brink en Greet Harinck.

Gezien de tijd van het jaar hopen we dat er mooie paddenstoelen te zien zijn, maar het bos herbergt ook mooie bomen, vogels, vooral spechten, fraaie doorkijkjes en misschien nog wel een ree.

De route begint om 14.00 uur, is ongeveer 4 km, en we zijn twee uur onderweg.

## Donderdagavond ***Zingen met Dubravka***

Op donderdagavond, na het feestelijke diner, gaan we zingen met Dubravka. De mensen die het Nivon Pika wel eens bezoeken zullen haar daarvan kennen. Anderen zullen kennis maken met haar aanstekelijk enthousiasme om je stem te laten horen.

### **Dubravka stelt zichzelf voor:**

Mijn naam is Dubravka. Mijn passie voor muziek ontwikkelde zich al op jonge leeftijd, wat resulteerde in mijn muziek/piano opleiding.

In de loop der jaren heb ik pianolessen gegeven en vele koren geleid en gedirigeerd. Ook geef ik regelmatig zangworkshops.

Daarnaast ben ik een kunstenaar. Mijn werk was te zien in Nederlandse en internationale galeries. Deze zomer hangen mijn schilderijen (olie achter glas) in een galerie op Texel.

Ik ben ook yoga/bewegingsdocent met een goedlopende yogaschool.

Mijn grootste talent is het verbinden van mensen en dit doe ik met veel liefde en passie.



Vrijdagochtend

## Extinction Rebellion

Als het gaat om verschuivingen, dan denken we vaak – en terecht – als eerste aan het klimaat. De grootste bedreiging voor het leven op aarde. Bij velen van ons is er grote zorg over de toekomstige leefbaarheid voor kleinkinderen en volgende generaties. Sommige VCW-deelnemers hebben zich al aangesloten bij Extinction Rebellion. Anderen hikken hier tegenaan of sluiten zich aan bij Grootouders voor het Klimaat of andere klimaatgroeperingen.

Het lijkt ons – als afsluiting van de vrouwencursusweken – goed om nader kennis te maken met Extinction Rebellion. Waar staan zij voor, wat streven ze na, wat zijn hun eisen, hoe is hun werkwijze? Op vrijdagochtend komt **Puk van Noort**, actief bij Extinction Rebellion Utrecht, hierover spreken.

Puk (45 jaar, die-diens) uit het bosrijke Amerongen is een bevlogen rebel bij Extinction Rebellion, die zich al sinds de jaren 80 zorgen maakt over het milieu. In groep 8 speelde die de hoofdrol in de eindmusical over het milieu en sindsdien is het onderwerp nooit losgelaten. Bij de geboorte van diens dochter werd het

“echt”. Er moet voor haar een leefbare planeet overblijven. Sinds januari 2023 ging Puk echt “kopje onder” in het activisme. Puk is in het dagelijks leven werkzaam in de ICT. Voor XR geeft die trainingen, praatjes en doet woordvoering bij acties en demonstraties. Puk zal de nare boodschap met een flinke dosis humor brengen, met veel persoonlijke betrokkenheid. Er zal uiteraard voldoende gelegenheid zijn om vragen te stellen.

Op vrijdagochtend blikken we ook terug op de afgelopen week. Wat hebben we meegekregen waar biedt dat ons houvast om aan zet te zijn in deze wereld vol verschuivingen.

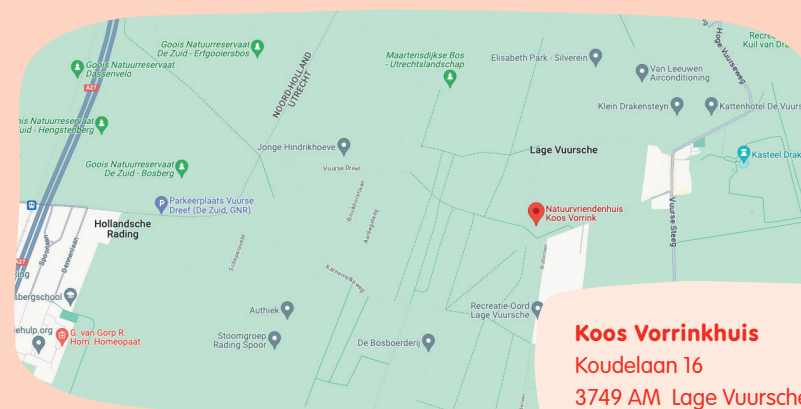


## Het Koos Vorrinkhuis

Het huis heeft drie zalen, een grote keuken en een slaapvleugel (twee verdiepingen, geen lift naar eerste verdieping). De kamers zijn eenvoudig ingericht. Elke kamer heeft 2 tot 5 bedden, met een dekbed en kussen. Beddengoed moet je zelf meenemen of huren. Verder is er in elke kamer een wastafel met warm en koud water en een kast. Sanitair (wc en douches) bevindt zich op de gang.

Het natuurvriendenhuis ligt in het bos op ca. 500 meter van het dorp. Het bosgebied rondom Lage Vuursche (“De Vuursche”) is een lappendeken van voormalige landgoederen. Elk stukje van De Vuursche heeft dan ook zijn eigen sfeer. In het ene gedeelte loop je door een dicht en donker dennenbos. En verderop door een lieflijk open bos, waar de zon op de bodem valt. En onderweg kun je worden verrast door een grafheuvel. Of door een monumentale eik die daar al eeuwen staat. Een verscheidenheid aan landschapkenmerken dus: van loof-bossen tot heide, van naaldbos tot drassige gronden. Maar wie zich buiten de gebaande paden waagt, vindt er alle rust.

In de herfst is het hier prachtig. Dan concurreren de altijd fraaie rode beuken met de kleurenpracht van andere bomen. We verwachten in november nog volop paddenstoelen te zien in de omgeving van het huis.



# Verschuivingen

*'Waar zijn wij aan zet?'*

**Volgend jaar zijn er weer twee vrouwencursusweken:**  
4 t/m 8 november 2024 en 11 t/m 15 november 2024 in de Bosbeek