

zeeland

vrouwen van nu 



Schilderij van Monique Quartier (zie artikel pagina 3)

Een terugblik en een vooruitblik

Wat fijn dat er nu in heel het land weer veel mogelijk is. We hebben als PB Zeeland alweer twee bijeenkomsten georganiseerd die ook voor de leden bestemd waren.

We hebben allereerst ons **90 jarig jubileum** gevierd in Rilland. 's Morgens was er overleg met de afdelingsbesturen, en 's middags verzorgde Willem Vermandere met zijn bandleden een fijne muzikale middag voor alle leden. Ook de jaarvergadering in 's Gravenpolder op 7 april j.l. hebben we zelf verzorgd.

Ook nu kwamen eerst de besturen van de afdelingen 's morgens bijeen. Tijdens het middagprogramma waren alle leden van harte welkom.

Natuurlijk zouden leden ook het ochtendprogramma mogen bijwonen, want onze vergaderingen zijn openbaar, maar tot op heden gebeurt dat nooit.

Susannafonds

Tijdens de jaarvergadering kwam Willy Wiskerke met een mooi idee om d.m.v. het Susannafonds vluchtelingen uit Oekraïne een leuke middag of dag aan te bieden.

Wil je er meer over weten, informeer dan even bij je afdeling of kijk op de website.

van het pb

Lenie Moerbeek van het Landelijk Bestuur kwam naar de vergadering met de boodschap dat het niet goed gaat met de Vrouwen van Nu. Door het teruglopen van het aantal leden komen we financieel in zwaar weer terecht. De werkgroep toekomst, die bestaat uit een aantal betrokken vrouwen uit het hele land, bekijkt samen met het Landelijk bestuur welke ingrijpende maatregelen zij kunnen adviseren aan de Ledenraad, het hoogste orgaan in onze vereniging.

Wim Daniëls

Voor het middagprogramma was er eerst een optreden van Wim Daniëls, columnist van de Volkskrant. Hij is een fantastische verteller, en waar een ander vijf kwartier voor nodig zou hebben vertelt hij hetzelfde in een uur. Alle aanwezigen waren erg enthousiast.

Plastic en ik

Daarna hebben 2 dames uit Bergen op Zoom nog een presentatie gegeven over wat plastic voor negatieve invloed heeft op het milieu. Het is een uitgebreid programma, waar ook een quiz in zit. Hier was geen tijd meer voor, maar iedere afdeling heeft een usb-stick gekregen met daarop de toolkit om in de eigen afdeling het volledige programma te presenteren.

Het was alleen jammer dat er zo'n lage opkomst was, of de angst voor Corona hier nog mee te maken had, is moeilijk na te gaan. We organiseren deze middagen juist voor onze leden, zodat je ook leden van andere afdelingen kunt ontmoeten.

We hopen dan ook maar dat we op de **inspiratie dag op 24 november 2022** in 's Gravenpolder meer leden kunnen verwelkomen.

Iedereen die na 1 augustus 2017 lid is geworden van onze vereniging zal nog een uitnodiging krijgen voor **op de thee bij het PB**. Deze middag zal worden gehouden op **2 november 2022** in de Goederenloods in Goes. Ook dit is door Corona een paar keer uitgesteld, maar inmiddels zijn er 156 nieuwe leden bij gekomen, dus ik verwacht een hoge opkomst op 2 november.

Verder wens ik iedereen alvast een fijne zomer.

Dieuwke Louwink, voorzitter PB.

groenten en fruit als hobby

Weten waar je voedsel vandaan komt.

Die interesse is ontstaan in een schooltuin. Als meisje was ik daar vier jaar een enthousiaste tuinierster. Mijn moeder was blij met de groente en dat versterkte het enthousiasme. Mijn man en ik hebben steeds getuinierd op volkstuincomplexen of achter ons huis. Een volkstuin is gezellig en je leert van elkaar. Door cursussen en bijeenkomsten zijn we steeds meer ervaren geworden.



Tineke in de schooltuin

Gezonde grond voor gezonde groenten

We hebben gewerkt met allerlei grondsoorten en kijken steeds weer hoe de grond verbeterd kan worden. De ervaring leert, als je voor een goed bodemleven zorgt, worden je producten beter en smakelijker. Gezonde grond geeft gezonde producten. Wormen eten plantenresten en zorgen voor het losmaken van de grond met een goed waterdoorlatende basis.

We composteren voor het bodemleven, o.a. door bokashi, een fermentatieproces van keukenresten en tuinafval. We rapen zeewier voor de mineralen in de compost.

Door de fermentatie krijg je een bodemverbeteraar. Fermenteren doen we ook met voedsel, de bacteriën en schimmels zorgen zo voor onze eigen probiotica. Bijvoorbeeld zuurkool en kimchi met allerlei groenten. De mogelijkheden zijn eindeloos.

Activeren van antioxidanten

Onze keuze is een ruim kleurenpalet bij de te planten groenten en fruit, zodat ons lichaamseigen antioxidanten systeem voldoende geactiveerd wordt. Bijvoorbeeld een appel die van buiten en binnen rood is, of regenboog wortelen en snijbiet. Kleurrijk op je bord en goed voor je lijf.

De laatste jaren telen we eetbare bloemen voor in salades. Ook in een vaas geven ze de kamer een prachtige sfeer. Denk aan Cosmea, lavendel, borage, violet, veredelde paardenbloem, duizendblad en goudsbloem. Een lust voor het oog, en goed voor de bijen. Van Goudsbloemen maken we massageolie en van vlierbloesem en munt zetten we thee. Verse kruiden geven net dat extra aan je maaltijd. Zo maken we pesto van peter-selie of daslook en ook kruidenbouillon waarmee we koken voor een natuurlijk aroma. Wat je eet heeft invloed op je humeur en de manier waarop je in het leven staat. De moeite van het onderzoeken waard.

Kleinkinderen genieten ook mee

Natuurlijk kost ook deze hobby tijd. Ik geniet van het "mindful" onkruid wieden. We tuinieren biologisch en met natuurlijke producten kun je een insectenplaag weren. Vogels hebben soms de gewoonte om in elke appel 1 pik te geven, dan biedt een net een oplossing. We hebben pas zuilappel bomen gekocht, die ook in een kleine tuin passen. In een haag geven ze boordevol appels. Het is een rijkdom om een ruime keuze aan groenten en fruit te hebben. Kleinkinderen ge-



In de moestuin

nieten volop van het plukken en eten van aardbeien, allerlei bessen en frambozen zo van de plant. Wij eten onze producten, minder dan drie uur daarvoor geplukt. Als je dat proeft, dan waan je je in een sterrenrestaurant. Het is genieten van deze gezonde hobby die ons laat bewegen en vooruit denken.

Het jaar rond verse producten

We zijn zelfvoorzienend, ook in de winter, door allerlei kolen, veldsla, rettich en witlof. Als je volgtijdig groenten plant heb je altijd genoeg en nooit teveel. Volgtijdig aardappels zetten betekent dat je steeds nieuwe aardappels hebt en daarmee ook een koolhydraatarm product. De omzetting van suikers gebeurt door de aardappels ouder te laten worden. En wat zien we nu in de tuin? De radijs, doperwtten, peulen, groene asperges, sla en rucola alsmede het aardappelloof staan al boven. De sterrekers heeft al op ons bord gelegen, een van de eerste producten van de schooltuin, dus de cirkel is weer rond. Een volgende keer meer over onze groenten en fruit.

Tineke Luijendijk, afd, Koudekerke

ontmoeting met monique



Kennismaking met Monique Quartier van afdeling Terneuzen

Hallo, wie is de penningmeester?

Kun je het je voorstellen? In oktober 2021 gingen we met de afdeling Terneuzen naar Verbeke Foundation. Een prachtige – ten dele open lucht – tentoonstelling in Stekene (België). De Vlamingen noemen het regelmatig 'de schande van de Expressweg', maar het is één van mijn favoriete adressen. Deze keer was er een nieuw lid mee: Monique. We raakten gezellig aan de babbel en ook kwam onze eigen bijdrage ter sprake. 'Goh', vroeg Monique me, 'wie is toch de penningmeester'. Ik wijs die aan, waarop ze reageert: 'Oh, het is goed dat ik die nu ken. Ik kan best nog wat gebruiken.' Wat een fantastische entree! Zó relativerend. Dat is nu echt 'omdenken'. Mijn dag kon niet meer stuk. En dat was de aanleiding nu nader met haar kennis te gaan maken.

Van Vlaanderen naar Nederland (Terneuzen)

Monique groeide op op een prachtige vierkant boerderij in Vlaanderen, tegen de Belgisch-Franse grens. Het leven hield in werken, leren, werken. Meewerken op de boerderij met broers en zus was gebruikelijk naast het schoolwerk. Op haar 15e besloten haar ouders dat ze in Brugge de kunst-schilder-opleiding zou gaan volgen omdat ze mooi kon tekenen. Zelf wilde ze graag de verpleging in. Thuis op de boerderij ging haar hart uit naar alles wat met geboorte samen hing: van de koeien, de varkens en de paarden.

Het liep anders.

Van de royale boerderij naar een slaaphokje bij de nonnen in Brugge. En dat voor een kind, dat het liefst speelde en zich mee wilde laten drijven op de stroom van het moment.

Werkend bestaan

Monique woonde in de buurt van Gent en werkte o.a. in Sint-Niklaas. Dat betekende veel reis-uren met openbaar vervoer. Ze gaf les in tekenen, vormgeven, perspectief. Ook had ze een bijdrage in de OKAN-klassen (een Belgische variant voor Nederlandstalig onderwijs voor anderstaligen).

Toen haar moeder mantelzorg nodig had, was het tijd om met die taken te stoppen.



Na het werk

Nu geeft Monique nog eenmaal per 14 dagen les in Merelbeke bij de Culturele Dienst.

En inmiddels is ze verhuisd van Vlaanderen naar Terneuzen. Ze heeft een dochter en een zoon. Haar dochter had besloten in Terneuzen te gaan wonen en die was zo enthousiast over het leven daar, dat Monique haar is gevolgd.



Inburgeren

Monique heeft nog wel een tip over inburgering. Want het leven in Vlaanderen is in veel opzichten heel anders dan in Nederland. Toen ze net een week in Nederland woonde, werd er gebeld. Er stond een buurvrouw voor de deur, die iets aanreikte. 'Ach', zei Monique, 'wat vriendelijk, een welkomstgeschenk.' Nee... antwoordde de buurvrouw, een collectebus. En als je niet weet wat dat is ...???

Motto

De avond sluit Monique haar dag af met de vraag 'Heb ik iets kunnen geven/bieden vandaag?' Het gaat niet om de tijd die we hier hebben, maar om hoe we daar mee omgaan. En dat je je deur eens open stelt voor een ander.

Inzet voor Vrouwen van Nu

Nog niet zo lang lid van de afdeling Terneuzen heeft Monique al een les aquarelleren verzorgd voor een aantal dames van deze afdeling!

Monique, we zijn heel blij met je!!

Liesbeth Haitsma Mulier, afd. Terneuzen.



afd. Zuidzande/Nieuwvliet/Cadzand
Paasstuk olv. eigen lid Erna van Slidrecht

creatief



Bloemschikken bij afd. Middelburg



Bloemschikken bij afd. Krabbendijke



afd. Kattendijke/Wilhelminadorp.
Bijeenkomst grijs en mediawijs



Afd. Terneuzen. Aquarelles door eigen lid
Monique Quartier



Edelstenen bij afd. Brouwershaven



Paaschikking bij afd. Kapelle-Biezelinge



Bloemschikken bij afd. Borsele



Bloemschikken bij afd. Noord-Beveland

zeeland