

GRATIS

RIJK

aan

optimisme
psychologie
liefde
vriendschap
gezondheid
geluk
gesprekken
vrijwilligerswerk
wilde dieren
huisdieren
tuin
erbij horen
architectuur
spiritualiteit
financiële tips
sport
entertainment
natuur
filosofie
opvoedkunde
spelletjes
boeken
reisjes
fotografie
muziek
techniek
historie
winkels



NR. 01

aan bewoners die van hun wijk houden
uitgave Prinsenland, Het Lage Land en 's Gravenland.

jaargang 33 - maart 2024

COLOFON

Het gratis magazine RIJK verschijnt 4 maal per jaar, ongeveer in maart, juni, september en december. Wilt u ons informeren over iets of uw mening over de inhoud met ons delen, dan graag naar rijkaanalles@hotmail.com of bel 06-48143064. Ingezonden brieven: maximaal 200 woorden en vermeld uw naam (en voor ons ook uw adres en telefoonnummer).

Redactie:

Hoofdredacteur Rik Roelfzema

Ineke van Engeldorp
Paul de Graaff
Fabienne Konings
Harry van der Meiden
Guus van Meurs
Lydia den Otter
Rik Roelfzema
Margreet Walraven

Advertenties:

Wij zijn allen vrijwilligers en wij juichen het toe als u ons wilt ondersteunen door een advertentie te plaatsen. We willen u verzoeken ons een voorstel te doen voor omvang en prijs van uw advertentie en of deze eenmalig of meerdere malen geplaatst mag worden.

Opmaak:

Ik ben Kyra de Graaff, een startende grafisch ontwerper. Ik vind het super leuk om mee te werken aan een krant die gaat over de plekken waar ik ben opgegroeid. Ook een grafisch ontwerper nodig? graaff.schontwerp@gmail.com

Druk:

Janssen/pers Rotatiedruk bv
Gennep 0485-490433
Productieadvies:
www.hebbit.nl

Auteursrecht:

© RIJK 2024. Alle auteursrechten en databankrechten ten aanzien van (de inhoud van) deze uitgave worden uitdrukkelijk voorbehouden. Deze rechten berusten bij de betreffende auteur. Wilt u iets overnemen, graag bericht rijkaanalles@hotmail.com

Wie wij zoeken

Wie heeft er oude foto's over de wijken?

Mogen we die afdrukken?

Wie heeft veel kennis van de historie van onze wijken?

Wie wil over architectuur schrijven, gebouwen in onze wijken?

Wie wil over sportclubs in onze wijken schrijven?

Wie wil over vrijwilligersorganisaties in onze wijken schrijven?

Welke huisarts wil ons adviseren voor zinvolle onderwerpen?

Wie heeft verstand van technische zaken etc. voor tips and tricks in ons magazine?

Empowerment & Beweging

Leef en beweeg

Zorg goed voor jezelf; je bent het waard!

**Wil jij gezonder leven?
Wil jij minder stress en meer rust?
Wil jij meer weten over geld en gezondheid?**

Doe mee met deze cursus en meld je aan!

Iedere week krijg je 2 uur les:
1 uur over gezonde leefstijl
1 uur actief bewegen

In de les krijg je ook tips en bruikbare adviezen.

De cursus duurt 12 weken:
(10 weken les + 2 persoonlijke gesprekken)

Ik wil gezonder maar ook betaalbaar eten

Ik wil meer sociale contacten krijgen

Ik wil meer zelfvertrouwen krijgen

Ik wil meer bewegen

Datum, tijd en locatie:

Datum: iedere donderdag
april: 18, 25
mei: 16, 23, 30
juni: 06, 13, 20, 27
juli: 11

Tijd
10.00-12.00 uur

Locatie
HvdW Het Lage Land
Remmet van Milplaats 15

Meer weten of aanmelden
neem contact op met
Jennifer van Genderen

Email:
j.van.genderen@inmovement.nu
Tel:
06-15454893

De cursus is gratis!

gro-up
buurtwerk

'RIJK' is een oude krant die al meer dan 33 jaar bestaat in onze wijk!

Dit is de vernieuwde Prinsenlandkrant. Omdat de krant nu niet alleen in Prinsenland, maar ook in 's Gravenland en Het Lage Land verschijnt, moest er een nieuwe naam komen.

We verschijnen (en verschenen) zo weinig dat echte actualiteit eigenlijk nooit in de krant is gepubliceerd. Altijd was de Prinsenlandkrant achterhaald door het dagelijkse AD, of de twee wekelijkse Havenloods, of nu elke dag door de Havenloods-app over de wijk. Dus gaat de inhoud van de krant nu flink op de schop.

We zijn nu een Magazine dat u vanwege alle leuke weetjes gaat bewaren. De tips zijn waardevol voor alle bewoners, oud of jong, rijk of arm, man of vrouw (gewoon mens), laag- of hoogopgeleid. Dit magazine wil de lezer vooral gelukkiger, blijer in liefde en vriendschap, trotser op onze wijk etc. etc. maken. Kortom RIJK is vooral erg positief, inhoudelijk, informatief en vol met tips.

De terugkerende onderwerpen over de drie wijken zijn: vrijwilligerswerk, dieren in nood, gezondheidstips, communicatietips, tuinrubriek, architectuur, spirituele plekken, opvoedkundige antwoorden, hoe word je een leuke opa en oma, technische tips, winkels en bedrijfjes, historische weetjes, kennis over liefde, geluk en vriendschap, hoe om te gaan met eenzaamheid, wat weten boswachters en boas over ons, financiële tips als je niet veel te makken hebt, waar kan je iets leuk bekijken in Nederland en achteraan in het blad een lang en zwaar artikel voor de liefhebber (sla het gerust over als je niet van lang houdt), zoals ook altijd in de oude Prinsenlandkrant stond.

Kortom: RIJK aan van alles en nog wat.

We zoeken natuurlijk nog schrijvers voor diverse onderwerpen, dus meld je aan! Je hoeft niet in elk nummer iets te schrijven. Het mag ook incidenteel. Hoe dan ook: heel veel leesplezier en laat weten wat je van de krant vindt!

Een hartelijke groet van de hoofdredacteur Rik!
rijkaanalles@hotmail.com



Word een nog leukere opa of oma of vader of moeder!

Kinderen en kleuters vinden spelletjes spelen het leukste dat er is. Geef ze eens een raadsel op of doe 'gieren van het lachen spelletjes'.

Spel 1:

Kijk, zie je deze drie bekers staan? Twee staan gewoon rechtop, zoals het hoort en de middelste is omgekeerd (V □ V). Je noemt de bekers Links, Midden, Rechts. Dit is de opdracht: zorg dat alle drie de bekers omgekeerd op de tafel komen te staan (□ □ □). Wel met de volgende spelregels: je moet steeds twee bekers tegelijk draaien, je bent totaal vrij in welke bekers dat zijn en of je ze omhoog of omlaag beweegt. Je mag maar drie keer de handeling uitvoeren. Dus in drie keer staan de kopjes alle drie ondersteboven.

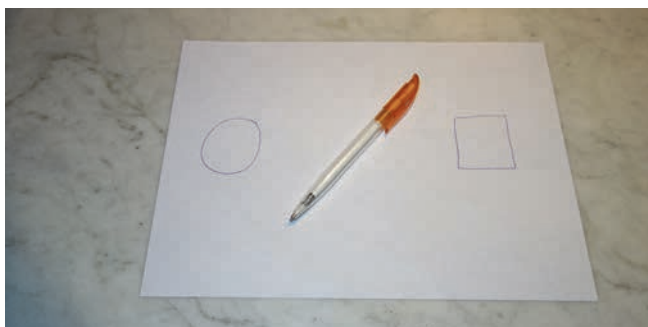
De oplossing: Eerst draai je Midden en Rechts om (dus van V □ V naar V V □). Daarna draai je Links en Rechts om (dus van V V □ naar □ V V). De derde en laatste keer voltrek je het wonder en draai je recht en midden om (van □ V V naar o wonder □ □ □). Hoera voor ouder of grootouder!



Spel 2:

Je hebt twee pennen en een blanco vel papier nodig en vier stukjes plakband en een tafelblad waar geen kleed op ligt. Je laat het kind in beide handen een pen vasthouden.

De opdracht is heel eenvoudig: teken met de linkerhand een cirkel en TEGELIJKERTIJD met de rechterhand een vierkant. (Eventueel het blanco vel papier op de tafel vast plakken, zodat het niet verschuift). Het vierkant moet wel echt rechte



hoeken hebben natuurlijk!

Het leuke is: dat kunnen ze niet, hoe ze het ook proberen! Het minder leuke is: jij kan het zelf ook niet!

Spel 3:

Haal het tafelkleed van de eettafel en ieder gaat aan het uiteinde van de tafel zitten, dus tegenover elkaar. Jij legt een klein plukje watten in het midden van de tafel, op een denkbeeldige middenstip. De opdracht is eenvoudig: blaas tegen het watje en wie het eerste het watje tegen de ander aan weet te blazen heeft een punt.



Spel 4:

Knip een lange vis (snoek, paling, goudvis) uit papier. Maak slechts één kant in een bepaalde kleur (met viltstift of prachtige tekening). Tafelkleed van tafel en leg de vis met de getekende vorm of gekleurde kant naar boven bij de rand van de tafel waar de ene partij zit. Die eerste mag voorzichtig blazen tegen de vis om te zorgen dat hij aan de andere kant van de tafel over de rand valt. Maar de vis mag door het blazen niet omdraaien! Dus altijd de getekende of gekleurde kant boven! Daar waar de vis ondersteboven wordt geblazen, daar vandaan mag de tegenpartij de vis weer terug blazen in de hoop dat ie over de rand valt. Maar het visje niet omblazen! De spelleider draait elke keer weer het visje met de goede kant naar boven en bepaalt de plek waar het visje omwoei. Wordt het visje uiteindelijk bij een partij over de rand geblazen dan heeft de tegenpartij een punt. Blaast de partij die aan de beurt is zelf het visje van tafel, dan gaat de beurt onmiddellijk naar de tegenpartij.



Veel lachsalvo's gewenst en laat ons weten hoeveel plezier het was. Je mag met een foto in de krant!

rijkaanalles@hotmail.com

In het volgend nummer weer nieuwe spelletjes!

Liefdestips en liefdesweetjes

Of je nou op date bent of je hebt al jaren een verhouding met elkaar: probeer elkaar zo vaak mogelijk aan te kijken. Niet heel lang want dat voelt ongemakkelijk, vooral als je op date bent. Dus blijf zo'n tien seconden hangen in elkaars ogen, kijk dan weer weg. Er gebeurt iets leuks in jullie hersenen. Door het kijken worden er neurologische verbindingen aangelegd, die verliefdheid kunnen activeren.

Voor een date: spreek laat af. Je wordt knapper gevonden als het laat is. Dat komt door een niet-bewust idee, een prikkel van de amygdala, je oerhersendeel. Onbewust wil je 's avonds niet alleen zijn want iedereen, bijna iedereen, slaapt en dat geeft een angstig gevoel. Hoe later op de avond: je vindt diegene met wie je bent mooier want dat geeft veiligheid.

Wanneer je uit eten gaat met je (toekomstige) partner, eet dan zoveel mogelijk zoete gerechten. Of sluit de avond dan vooral af met mierzoet ijs of baklava. Zoet eten zorgt dat er in de hersenen dopamine vrij komt. Dopamine is een neurotransmitter, een stof die informatie tussen de zenuwcellen in de hersenen overbrengt. Dopamine zorgt er onder andere voor dat je bewegingen

soepel verlopen (daar zou Biden, de president van Amerika, wel wat meer van nodig kunnen hebben). Maar voor de liefdesdate is het belangrijk dat dopamine bijdraagt aan ons beloningssysteem. En dat beloningssysteem maakt dat we ons gelukkig voelen, dat we blijheid ervaren, dat we genot voelen en dat we ons helemaal senang voelen. Wel goed je tanden poetsen 's avonds voor het slapen gaan.

Elkaar kussen is misschien wel het eerste bewijs dat we elkaar leuk vinden. Om niet te gretig over te willen komen,

stellen sommige mensen 'dat je nooit op je eerste date moet gaan kussen'. Maar anderen zeggen juist weer dat je juist op je eerste date (als je die erg leuk vindt natuurlijk) even met elkaar moet gaan kussen. Zij zien dat kussen als een pars pro toto, als een belangrijk deeltje (= pars) van de hele seksuele mogelijkheden die iemand bezit (pro toto). Als de pars niks is, dan zal de pro toto ook wel niks zijn: als die niet goed kan kussen dan zal die ook wel niet goed kunnen vrijen. Het moet gezegd worden, als je slecht kust, dan is dat wel vaak een deal breaker. Wat is een slechte kus? Nou dat is bijvoorbeeld de slagroomklopper. Huh? Dat is als je tong als een mixer in de mond van de ander rond blijft draaien. Een andere is een

moesson. Huh? Dat is als er zoveel speeksel wordt uitgewisseld, dat het eerder lijkt alsof je in een zwembad zit dan dat je iemand aan het kussen bent.

Hoe weet je nu of je een goede kusser bent als je nog nooit echt gekust hebt? Nou dat is ook onmogelijk te weten, want de smaak proeven van een pudding lukt alleen door hem op te eten. Dus al doende leert men. Maar dat is natuurlijk wel riskant, dus alsjeblieft, geef me een tip!! Nou, loop naar de keuken en haal dan even drie satéprikkers. Zet de satéprikkers tussen je vingers en prik nu eens zachtjes in je arm. Terwijl je dat doet, kijk je de andere kant op. Wat voel je nu? Nou als het goed is, voel

je één prik en niet drie (wel de prikkers op gelijke lengte houden natuurlijk want anders voel je eerst de ene, dan de tweede en dan de derde). Nu weer de drie prikkers op gelijke lengte tegen de boven of onderlip prikken (en houdt je ogen dicht). Wat voel je dan? Als het goed is voel je precies drie prikjes. Je kan ze specifiek tellen en plaatsen. Dat is de zoenlippengevoeligheidstest. Oefen daarmee en realiseer je steeds meer hoe fijn gevoelig die lippen van mensen zijn. Dat maakt je tijdens het eten van de pudding extra sensitief en gevoelig.



pexels - sergio arreola

Wat doet gamen met je kind?

Herken je dit?

Het twaalfjarige jochie maakt een perfecte sliding en tikt daardoor de voetbal in de goal. Zijn moeder staat juichend aan de rand van het veld. Trots krijgen opa en oma bij thuiskomst te horen hoe goed hij was – twee goals op zijn naam vanochtend!

Zijn broertje is de hele ochtend op zijn kamer gebleven. Zijn donkere kamer wordt verlicht door het blauwe schijnsel van het computerbeeldscherm. Escape from Tarkov heet het spel dat hij speelt. Het is een erg moeilijk spel, zeggen gamers. Vandaag is hij een level omhoog gegaan! Als hij de huiskamer binnenkomt zegt zijn opa "moet je niet eens lekker buitenspelen, joh. Je zit maar de hele tijd boven". Niemand vraagt of hij een level omhoog is gegaan.



Hoe lang gamen?

Gamen is net als voetbal een hobby. Maar niet iedere ouder ziet dat zo. Dat is jammer. 86% van de ouders en hun kind hebben weleens ruzie over de lange gametijd van hun kind. Ouders grijpen in als ze vinden dat andere activiteiten lijden onder de hoeveelheid gamen. Soms schakelt een ouder de stroom uit. Je kind zit midden in de game en kwam in de buurt van een nieuwe level! Is dit slim gedrag van de ouder?

Natuurlijk moet een ouder grenzen stellen, maar beter is om niet een gametijd af te spreken maar samen een aantal activiteiten te benoemen die niet mogen leiden onder zijn spelgedrag (of dat nu voetbal of gaming is). Neem bijvoorbeeld de hoeveelheid slaap en fysieke beweging, benoem de school en zijn vrienden en zijn rol in het gezin. Deze vijf activiteiten vragen tijd. Bepaal samen hoeveel tijd alles kost en als die vijf gebieden naar tevredenheid worden ingevuld door het kind, dan is de rest voor zijn hobby. En dan kan hij zelf schuiven in de activiteiten, vandaag veel gamen, morgen minder. Dit voorkomt telkens een discussie en het respecteert het kind in zijn hobby: hij bepaalt zelf wanneer

een nieuwe level in zicht is en schuift de beschikbare uren op zijn plaats. Niks stroom van het net!

De rol van ouders

Het is verstandig om net zo geïnteresseerd te zijn in het voetbalspel als in het gamen. Jonge kinderen kunnen nog niet zo'n goed onderscheid maken in wie ze zijn (hun identiteit) en wat ze doen. Wanneer de ouder negatief over het game-spelen doet, dan kan het kind zich afgewezen voelen. Hij mag er blijkbaar niet zijn. Om de negatieve gesprekken hierover te vermijden, trekt het kind zich steeds meer terug in een veilige game-wereld, waarin hij wel gewaardeerd en gezien wordt. Dus ouder, stel vragen uit echte belangstelling. Stel je open voor inzichten in een wereld die vreemd voor je is.

Voordelen van schietspelletjes

Voor een aantal ouders zal het slecht nieuws zijn maar er zitten veel voordelen aan gaming! Kinderen die actiespelletjes spelen ontwikkelen hun beslissingsbereidheid en hun snelheid van handelen. Onderzoekers toonden aan dat de onderzoeksgroep die veel aan het gamen was, 13% sneller was in taken die de onderzoekers hen opdroegen dan niet-gamende soortgenoten. De gamers haalden uit een grote hoeveelheid afgedrukte hoofdletters P veel sneller die ene hoofdletter B. Maar ook in de supermarkt vindt de gamer sneller de gewenste fles cola. Nog belangrijker: in het verkeer overziet de gamer veel meer en neemt sneller beslissingen om gevaarlijke situaties te voorkomen. Je gamende jonge kind kan heel goed subiteren. WATTE? Doe even normaal, het is gewoon een spelletje hè. Okay, subiteren betekent dat je heel erg snel (= subiet) een hoeveelheid (= aantal) kunt inschatten. Daar liggen 3 legoblokjes en daar liggen er 5. Nou, de niet-gamer komt meestal maar tot een overzicht van drie dingen. Vijf dingen moeten de meeste kinderen eerst tellen om met zekerheid te kunnen beweren dat het er vijf zijn. Je gamende kind kan sneller inschatten of de hoeveelheid sinaasappels in de groentela van de ijskast voor de komende dagen nog genoeg is. Andere onderzoekers toonden aan dat gamers verscheidene bewegende voorwerpen tegelijk konden volgen. En dat maakte weer dat ze zich daarna ook sneller op iets nieuws konden focussen. Hun aandachtsboog was blijkbaar wat meer van elastiek. Dat zorgt voor de positieve eigenschap dat de gamer minder snel dingen over het hoofd ziet.

Lieve ouder, is het nu genoeg?

Heeft u vragen: rijkaanalles@hotmail.com

Hoe maak je een praatje... met een vreemde!!!

'T is lente en dan kom je weer allerlei mensen op straat in het wild tegen. Maar durf je gewoon een gesprekje aan te gaan? Heel erg veel mensen niet. Veertig procent van alle Nederlanders noemt zich verlegen. Dat uit zich in praatangst, stiltes, blozen, wegstaren of stotteren. Kortom, het voelt niet fijn. Verlegenheid is in de kern een heel goede emotie, want dat betekent dat je sociaal bent want je bent bang om uit een groep gestoten te worden. Verlegenheidsgedrag is dus eigenlijk verzoeningsgedrag: je wilt erbij horen. Verlegen zijn in de aanwezigheid van een heel belangrijk iemand bevestigt de sociale verhouding en getuigt dus van een hoge mate van inzicht in de situatie en is dus heel sociaal.

Maar verlegen mensen voelen zich helemaal niet zo fijn, ook al lezen ze hier dat ze heel erg sociaal zijn. Ja DUH! Dus wat zijn nou eigenlijk de beginselen van een goed gesprek? Hoe begin je eigenlijk? Catherine Blyth schetst in haar boek "De kunst van een goed gesprek" uit 2009 een verbazend eenvoudige handleiding.

Fase 1: wissel eerst beleefdheden uit:

"Goedendag, hoe gaat het?" of "Heerlijk al die zon na de

hele week regen." Klinkt eenvoudig maar is heel belangrijk. Allereerst laat je merken dat je er bent en dat je gezien wilt worden en dat je bereid bent om je open te stellen voor de ander, de vreemde. En je kunt aan de reactie van die ander afleiden of aanvoelen, of die ander wel tijd in een kort gesprekje wil steken. In een paar mini-zinnetjes heb je dus in de gaten of verder investeren zin heeft of dat je beter kunt stoppen.

Fase 2: verzamel informatie om op in te kunnen haken met een vraag of opmerking. "Wat brengt je hier?" "Kom je uit de streek of bent je ergens op visite?" De antwoorden die je krijgt op dit soort vragen, geven weer voedsel voor andere vragen. Tevens plaveit het het paadje om wat langer met elkaar in gesprek te blijven maar het geeft ook ruimte aan die ander op een beleefde manier te laten merken dat een gesprek er niet inzigt en na wat korte beleefdheden

'ongeschonden' te kunnen vertrekken.

Fase 3: dan komen de meningen pas! "Wat draaien ze hier opvallende muziek". "Over deze straatinrichting heeft de gemeente Rotterdam wel nagedacht, vermoed ik". Dit is een lastige fase want de meeste mensen zijn erg geneigd om in 'meningen' te spreken en niet in 'feiten'. En juist deze neutrale fase van de weergave van 'feiten' geeft meer ruimte aan de aftasting of beide gesprekspartners het wel leuk vinden verder met elkaar te praten. Hoe langer je met elkaar aangenaam praat, des te meer kan het verlangen ontstaan juist verder en dieper met elkaar te spreken.

Fase 4: dan komen pas de gevoelens om de hoek kijken. "Persoonlijk ben ik niet zo'n fan van easy listening muziek. Het mag van mij een beetje harder en met wat meer durf in de keuze". "De verschillende soorten bestrating hier aan de Maas maken het voor mij niet duidelijk, waar je als fietser, automobilist en voetganger nou precies moet

lopen". In deze fase komen natuurlijk erg interessante opmerkingen naar voren die een verder gesprek mogelijk maken. Helaas zijn veel mensen in deze fase geneigd om meteen eigen visies op de wereld naar voren te schuiven en beland je misschien gelijk in een discussie. "Ik vind die kleuren en vormen wel duidelijk hoor". Maar juist nu

kun je in de antwoorden van de ander nog wat doorvragen, zodat je nog meer informatie over die ander krijgt. Een leuke wedervraag is: "Ben je wel eens spookrijder geweest hier in Rotterdam?". "In hoeveel keer heb jij je rijbewijs gehaald?".

Deze fases lijken wel een open deur maar dat is schijn. Je wilt de mensen niet de kost geven die al gelijk in fase drie met een gesprek starten: "Wat een fantastisch uitzicht heb je hier op de rivier de Maas!". Het grappige van deze directe opening van dit gesprek is, dat het onbewust best dwingend overkomt. Doe het maar eens en kijk dan goed naar de lichaamstaal van de ander. Grote kans dat er instemmend iets gemompeld wordt maar die ander juist wegloupt. Onbewust heb je namelijk het sein afgegeven: ik bepaal hier het gesprek, wanneer het begint en hoelang het duurt. Dat kan afschrikken en zo zit je alleen op het bankje naar onze mooie Maas te kijken.



pexels.com - mizuro k

Ooit waren de Clazina Kouwenbergzoom en de Ringvaartweg niet met elkaar door een brug verbonden.

Zouden ze toen nog hebben gedacht aan een fietspontje?

Al die ouders uit 's Gravenland die hun kinderen naar de Christelijke basisschool De Stelberg wilden brengen, moesten een mijl op zeven omrijden om er te komen. Ook de winters lieten het brede water zelden dichtvriezen, zodat kinderen niet per schaats naar hun school konden gaan. Wat moet iedereen verlangd hebben naar deze brug. Toen die er eindelijk lag, vergeleken bewoners hem met een regenboog want was niet de kleurige zonneboog de mythische verbinding tussen de hemel (= de christelijke Stelberg) en het aardse (de duurste straat van Rotterdam, de Ringvaartweg met al zijn kapitale woonhuizen)? In de Bijbel staat de regenboog voor belofte. In Genesis 9: 14-15 sluit God een verbond met de mensen. De regenboog belooft dat God de aarde nooit meer zal doen overstromen.

Volgens oude folklore ontstond een brug ook wel eens uit het verbond tussen architect en de duivel (o.a. de Valentre in het Franse Cahors). Zou dat met deze brug ook zijn gebeurd? Naast de brug staat wel de negen verdiepingen

tellende Lorelei-flat. En kan je daar niet elke avond om 12 uur 's nachts de zingende nimf op het dak horen zingen? Haar gezang is zo verleidelijk dat fietsers de overkant niet meer haalden maar in een diep verlangen zich in het water gooiden. Vaak moesten aan het begin van een brug offers gebracht worden want een brug was tegennatuurlijk (contra naturam), omdat het een ravijn of rivier niet serieus nam. Een brug is een arrogante en hoogmoedige architecturaal gebaar want het knoopt twee zijden, die niets met elkaar te maken lijken te hebben, aan elkaar alsof het niets is. Behalve in het midden van de brug. Daar voelt een mens zich heel even onveilig: breekt hij? Naar welke kant moet ik mij dan haasten? Vaak mochten alleen ingewijde sjamanen een brug trotseren want zij waren de reisbegeleiders van een mens van de levende wereld naar het dodenrijk.

Kijk eens op de ene foto rechtsboven. Daar zien we de Ringvaartweg nog in al zijn eenvoud. Alle eenvoudige huisjes waren toen al ten dode opgeschreven. Hier groeide langzaam de homo economicus op met zijn Porsches 911 en Panamera. Weideland werd villaland. Waar eerst niemand wilde wonen, werd een van de duurste en mooiste straten van Rotterdam. Soms staat er als holle kies nog zo'n oud klein huisje maar niet meer voor lang.



Dank aan: Peter de Kievith fotografie peter@fotografie.dk

Hier hadden uw oude historische foto's kunnen staan. Heeft u foto's? Mogen we die afdrucken? Mogen we u interviewen over wat er is afgebeeld? Stuur naam en telefoonnummer naar rijkaanalles@hotmail.com en schrijf 'ik heb oude foto's'



Dank aan: Peter de Kievith fotografie peter@fotografie.dk

De staart laat zien wat de hond voelt en denkt.

Wat is de functie van een staart?

De staart van een hond heeft twee functies. De hond houdt zich ermee in evenwicht. Kijk maar hoe de staart als evenwichtsorgaan beweegt als een hond over een smalle balk een slootje over loopt. Of als de hond hard aan komt rennen en plots een beweging naar links of rechts maakt. De staart wordt dan in tegengestelde richting van het lijf bewogen om zo een soort contragewicht van zijn lichaam in de snelheid te zijn.

De meest belangrijke functie van de staart is dat de hond ermee praat. Het wel of niet kwispelen is een communicatiemiddel. Hoe beweegt die of staat hij juist strak en stil? Het grappige is dat als een hond alleen is, hij nooit kwispelt. De staart hangt en beweegt dan op het ritme van het lichaam. Verder niks! Pasgeboren puppies kwispelen ook niet met hun staart. Gemiddeld kwispelt een pup rond de 30 dagen na zijn geboorte en alle pups in een nest kwispelen bij 49 dagen. Ze zouden wel kunnen kwispelen maar doen het niet. Pas als het sociaal van belang is om bijvoorbeeld je positie aan de moedertepel te verdedigen, of als al je broertjes en zusjes je omver kunnen duwen, of in een spelletje je de baas blijken te zijn, dan kwispelt de pup. Het is de witte vlag voor de nestgenoten: kijk, ik ben niet agressief en laat jouw ook een tepel zoeken.

De natuur kent trucjes voor een staart

Drie informatiekanalen kent de staart: de positie (stand), de vorm en de beweging. De natuur heeft honden goed uitgerust met trucjes om de staart zichtbaarder te maken. Soms zit er letterlijk een wit puntje aan het eind. De staart gaat van donker naar licht. Bij andere honden is juist het lichaam lichter en loopt de donkerte richting de staart. Vaak is de staart van onder witter dan van boven. Zo zie je goed als de staart hoog of laag gedragen wordt en kun je je niet vergissen in wat de hond aan je probeert te vertellen. Wildehondachtigen (de vos) hebben vaak grote en ruwbehaarde staarten.

DEEL 1: DE STAND / POSITIE VAN DE STAART

Voor we verder gaan: er bestaan veel verschillende soorten en maten van honden. Sommige rassen zijn juist gefokt met een hangende of juist een staande staart. Dit verhaal is dus helaas nooit makkelijk en eenvoudig. Hier dus algemeenheden, los van de uitzonderingen. In ieder geval moge duidelijk zijn waarom het afknippen van staarten (couperen) in de meeste landen nu als dierenmishandeling

wordt gekenmerkt. De staart als communicatiemiddel mag je een hond nooit ontnemen.

1: staart horizontaal, maar niet stijf

De hond vertelt je dat hij erg aandachtig is. Er gaat vast iets interessants gebeuren. Hij ziet of ruikt iets dat die aandacht opwekt. Er is geen enkele (be-)dreiging in deze stand van de staart. Maar pas op als de staart begint te verstijven.

2: staart horizontaal, recht en stijf

Een stijve staart duidt op agressie: wie is hier de baas. Het is meestal het begin van een voorzichtige begroeting tussen de hond of soortgenoot. Als honden een goed karakter hebben en goed zijn gesocialiseerd, dan leidt deze ontmoeting zelden tot agressie. Een van de twee honden zal zich terugtrekken, vaak door eerdere ervaringen waarin hij een confrontatie verloren heeft. Oké, ik deed ook even gewichtig net als jij maar jij hebt gewonnen. Soms kan het om elkaar heen draaien best wel even duren.

3: staart omhoog, tussen horizontaal en loodrecht

Deze hond is dominant. De stijfheid van de staart vertelt dat hij zijn positie wil verdedigen als hij daartoe wordt uitgedaagd. De hond is absoluut zeker van zichzelf als het puntje van de staart in de hoge positie wat naar voren is gericht. Hij is de King of the Road.



4: staart omhoog en enigszins gekromd boven de rug
Deze hond is zeer dominant en heeft alles onder controle. Deze hond twijfelt geen moment, dat als het tot een gevecht komt, hij de winnaar is. En hij vindt de andere hond (of mens) erg dom dat die hieraan heeft getwijfeld. De rechtopstaande staart is een strijdvlag. In een roedel wolven is de alfawolf, de roedelleider, altijd te herkennen aan een hoge staart. Vooral als de roedel door elkaar loopt, bijvoorbeeld bij terugkomst van de jacht. Wanneer de alfawolf met ontspannen staart door het gebied loopt, besteden alle andere wolven geen enkele aandacht aan de roedelleider. Maar steekt hij zijn staart omhoog omdat hij iets niet vertrouwd, dan komen de andere wolven om hem heen staan. Het leger verzamelt zich rond de veldheer.

5: staart lager dan horizontaal, maar wel vrij ver van de achterpoten vandaan. Kan licht heen en weer zwaaien
De hond zegt dat hij zich nergens zorgen over maakt. Hij is volledig ontspannen.

6: staart omlaag, vlak bij de achterpoten. Dit kan sterk afhangen van de rest van de lichaamshouding van de hond. Als de achterpoten gestrekt zijn en de staart langzaam heen en weer zwaait met een korte afstand, dan zegt de hond: ik voel me niet goed. Hij kan pijn of psychisch lijden ervaren. Maar als de lichaamshouding verandert en de hond het achterlijf laat zakken en de achterpoten wat naar binnen worden gedraaid, dan zegt hij dat hij bedeesd is of zelfs angstig. De hond voelt zich onzeker. Dat kan hij ook tonen wanneer het baasje het huis verlaat en hij weet dat die niet snel terugkomt.

7: staart tussen de poten. Nu zegt de hond dat hij echt zeer bang is en vreest dat hem pijn zal worden gedaan. De omgeving of de aanwezigen daarin maken hem zeer onzeker. Dit gedrag herken je zeer goed bij jonge honden die van alles voor het eerst moeten doen in hun leven. Feitelijk is het een erg slim gedrag van de hond, want hij vertelt de andere hond of mens dat hij zijn lage positie accepteert en niet wil vechten om hoger in de rangorde te komen. De staart zit niet voor niets tussen de achterpoten. Daarmee verbergt hij zijn andere communicatiemanier. De geur van de anaalklieren. Met geur toont de hond of hij lichamelijk gezond is, of hij seksueel opgewonden is en of hij psychisch goed in elkaar zit. De dominante hond draagt dus zijn staart zo hoog mogelijk, juist om andere honden de gelegenheid te geven om zijn identiteit en zijn dominantie vast te kunnen stellen. Er zijn wetenschappers die dit gedrag van de hond vergelijken met het kleine kind die de handen voor zijn gezicht slaat of het hoofd verbergt in de kleding. Het kind is onzeker en angstig voor de personen die in de ruimte zijn.

DEEL 2: DE VORM VAN DE STAART

11

Wat een hond denkt en voelt hangt dus van drie definiëringen van de staart: de positie of stand, zoals hierboven is beschreven. Maar ook de vorm van de staart is belangrijk.



1: opzetten van haren bovenop staart (en evt rug)
Normaal liggen de haren plat, zowel op de rug als op de staart. Wanneer de hond de haren zowel op de rug (kam) en de staart omhoog zet, dan is dat een teken van agressie. Heeft de hond een rechte staart EN staan de haren rechtop, dan wil de hond door te vechten bepalen wie hier de baas is. De staart laaggedragen EN de haren op de staart overeind, dan is de hond zenuwachtig en bang maar bereid tot vechten als je hem daartoe dwingt.

2: opstaande haren alleen bij puntje van de staart
Het puntje van de staart wijst naar boven met opstaande haren, dan voelt de hond zich bang en onprettig. Met een laaggedragen staart, is er misschien pijn of psychisch leed. Wat extra aandacht doet dan wonderen.

3: de hooggedragen staart heeft een knik of buiging
Dit zie je het beste bij Duitse of Belgische herdershonden en bij poolhonden. Honden die dus erg lijken op de wolf. De hond staat op aanvallen. Wees zeer attent nu! De hond is agressief genoeg om te bijten.

4: de hooggedragen staart heeft een knik / buiging aan het uiterste puntje
Dit betekent 'houd afstand'. De hond is gematigd agressief en onder druk valt hij aan. Vaak is het helaas wat moeilijk te zien, dat kleine venijnige knikje. Oefenen in kijken dus en hopelijk zonder dat je gebeten wordt.

DEEL 3: DE BEWEGING V/D STAART

1: snel kwispelen

De staartlengte verschilt per hond. Een lange staart kwispelt duidelijker dan een klein staartje, zoals van een terriër bijvoorbeeld. Snel zwaaien betekent dat de hond opgewonden is en spanning ervaart. Hoe harder de hond zwaait hoe opgewondener die is! Maar hoe ver zwaait de staart uit, hoe groot is zijn actieradius?

2: kwispelen met kleine uitslag (actieradius)

Dit is een begroetingsgebaar als mens of dier en dier elkaar ontmoeten. Wanneer de baas toevallig de blikken kruist met de hond, kwispelt de hond even om te laten zien 'ik heb je zien kijken naar mij en ik ben blij met jou'.

3: kwispelen met grote uitslag (actieradius)

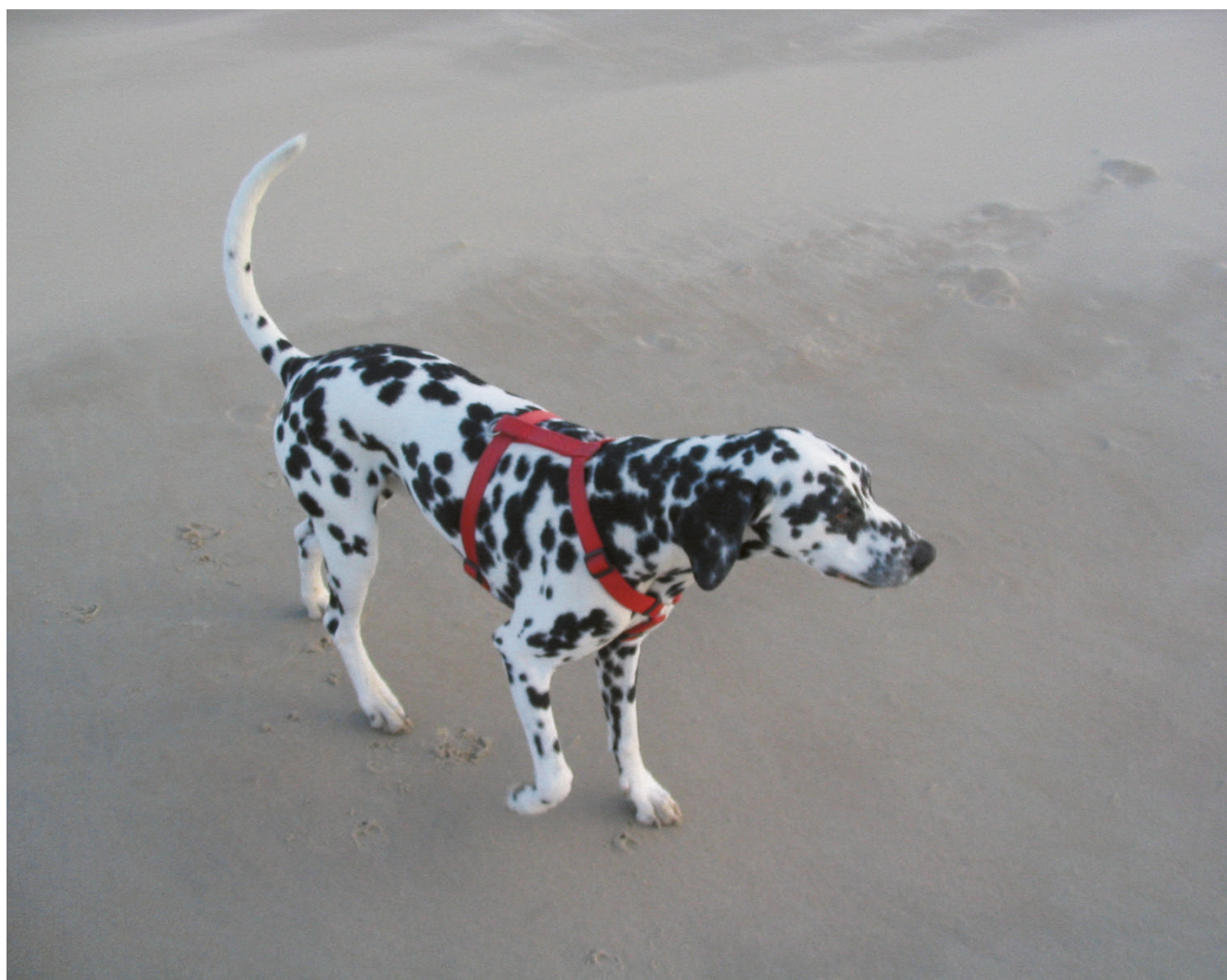
De hond heeft het naar de zin. Hij is gelukkig en blij. Het is ook een teken naar andere honden dat als ze gaan spelen (vechten, opspringen tegen elkaar en hard grommen) de andere gebaren niet al te serieus moeten nemen: het is maar spel dit schijngevecht.

4: kwispelen met grote uitslag (actieradius) en daarbij gaan de heupen helemaal mee zwaaien. Dit is een gebaar van respect voor de baas, de roedelleider. Soms drukt de hond het onderlijf naar de grond, waardoor de staart als een zwabber werkt. Honden doen dit als de roedelleider ze benadert. Het is dus meer dan alleen een begroetingsgebaar na een lange periode van scheiding tussen baas en hond. 12

5: traag kwispelen en de staart 'halfstok'

De staart is halfstok als de staart niet heel laag (ondergeschikt) en ook niet hoog (dominant) wordt gedragen. Samen met dit langzame zwaaien van de staart, zegt de hond dat hij het niet weet, dat hij onzeker is, dat hij besluiteloos is en dat hij moeite doet de baas te begrijpen maar dat het kwartje niet is gevallen.

Heeft u vragen? Wilt u literatuurtips over honden, mail ons dan. In het volgend nummer opnieuw een prettig weetje over uw huisdier. Dat kan elk huisdier zijn, althans waar er veel van zijn. rijkaanalles@hotmail.com



Zeg iets over deze huizen!

Deze huizen staan in de Alida Tartaud-Kleinstraat, om precies te zijn de nummers 1 t/m 29, met aan de andere kant de nummers 2 t/m 30. Ze zijn in 1994 ontworpen door de architecten Van Duivenbode & De Jong. Maar die reageren niet op mijn email om eens over deze straat te komen praten. Zouden ze er zelf niet trots op zijn?

De straat is genoemd naar een beroemde toneelspeelster die vooral het Rotterdamse toneel trouw is gebleven. Ze leefde van 1873 tot in 1938 en trouwde in 1899 met de acteur en toneelleider Frits Tartaud. Rotterdamser kan een straatnaam niet zijn. De straat is veel langer dan dit eerste stukje met de golvende gevels - de rest van de straat is aanmerkelijk minder opvallend. Eigenlijk is het gewoon een lange rechte straat.

Lange rechte straten zijn volgens de architect Christopher Alexander slechts bedoeld voor "doorstromen" en niet om er "te verblijven". Een bocht in een straat maakt dat je steeds een nieuw wandeldoel moet stellen, tot je weer de bocht neemt en weer een nieuw kijkdoel moet nemen. Deze wandel 'tussendoelen' zouden idealiter zo'n 50 meter uit elkaar

moeten liggen. Maar deze saaie rechte straat heeft zich (voor een deel) dus vermomd als bochtig.

Er zijn architectuurliefhebbers, die zulke gevels erg lelijk vinden. Zij vinden het 'vormwil', je wil iets anders doen dan normaal. En dat 'anders' is functieloos want achter de kromming zitten gewoon rechte pijpenlaatjes. Voor de bewoners is het binnen een ramp want een rechte kast kan je daar niet tegen plaatsen. Met datzelfde probleem zitten ze in Rijswijk aan de Strijplaan (heeeeeel lang) van nr. 443 tot 523. Hier zijn de gevels iets anders maar toch lijken ze als twee druppels water op die in Rotterdam. Het kan niet anders of

dezelfde architecten hebben hier opnieuw hun (kostbare) trucje uitgehaald.

Laten we er eens op een ludieke manier naar kijken. De gevels zijn speels en bewegen haast als de bogen van een springtouw: je hebt de neiging om in die straat te gaan huppelen.

Het lijkt een gevel zoals de architecten Antoni Gaudi of Friedensreich Hundertwasser die zouden hebben kunnen ontwerpen. Beiden verachtten de rechte lijn en omarmden de organische natuurlijke belijning van bijvoorbeeld een slingerende klimopstruik. Hundertwasser startte zijn ontwerpen altijd bij de ramen en niet bij de muren. Achter ramen leven mensen en het raam is de brug van binnen naar buiten. Naar zijn idee hebben mensen recht op

openslaande ramen, hoe meer hoe beter. Ze moeten uit het raam kunnen leunen. Ramen zijn hetzelfde als ogen. Nou, de raampartij is niet klein in deze gevel aan de Tartaud-Kleinstraat. Maar eigenlijk is er iets veel leukers met deze gevels aan de hand. Ze lijken hun inspiratie te hebben ontleend aan een slangenmuur zoals gebruikelijk was in de 18de eeuw. Op landgoederen plaatsten ze graag

zo'n slingerende muur op het zuiden, zodat er in de luwte van de bocht vijgen, druiven of peren konden groeien. Soms ook leiboompjes. Zulke muren zijn nu beschermd erfgoed en staan op de monumentenlijst. De dichtstbijzijnde muur staat in de tuin van Het Huys ten Donck in Ridderkerk. De langste in Nederland staat op het landgoed Huis te Manpad in Heemstede en die is 209 meter lang.

Als je door deze straat loopt, acteer dan zoals een actrice Alida zou doen of huppel als jongverliefden over de stoep. Het is mooi wonen in de Alida Tartaud-Kleinstraat of op dat kleine stukkie Strijplaan in Rêiswèèèik.



Ode aan de kleur blauw

In de meeste tuinen wordt gekozen voor planten met roze bloemen, een kleur die bijna iedereen mooi vindt en waar ook de meeste planten van worden aangeboden in de tuincentra. Daar is het soms zoeken om blauwe beauty's te vinden. Toch is er voor ieder jaargetijde wel een plant met blauwe bloemen. Om te beginnen in de lente al bloeien er kleine blauwe hyacinten zoals de *Scilla Siberica* (sterhyacint) en de *Chionodoxa* (sneeuwroem) en ook de grotere hyacinten, allemaal bolletjes die we in de herfst in de grond planten. Zoek er maar eens naar en laat je verrassen door de verscheidenheid, zoals de *Puschkinia*, die eigenlijk wit is, maar door de mooie blauwe streep over de bloemblaadjes toch heel lichtblauw lijkt. In de dan vaak nog wat kale tuin vallen al deze bollen goed op en vermeerderen zich ook ieder jaar weer! Deze vroegbloeiers worden dan weer opgevolgd door de Blauwe Druifjes en wat later door de Irissen. En vergeet vooral niet de hogere *Camassia*



iris

Lopend door de wijk wordt later in de lente je blik ineens getrokken door een stralende *Ceanothus* (amerikaanse sering), een schoonheid die wel het liefst op een beschutte plek staat. Of door de trossen blauwe regen (*Wisteria*). En wie wordt er nu niet blij van een veldje lichtblauwe vergeet me nietjes, die zich ook heel gemakkelijk uitzaaien voor het volgende jaar. Iets donkerder blauw is het blauw van de kaukasische vergeet me niet, een vaste plant die het zelfs in de schaduw heel goed doet.



wisteria, blauwe regen

Wanneer je vanaf maart, april af en toe wat zaad strooit van het juffertje in 't groen (*Nigella*), heb je door spreiding voor een grote periode plezier van deze gemakkelijk te combineren bloemen. Van combineren gesproken, blauwe akeleien tussen gelijktijdig bloeiende gele papavertjes verrassen ieder jaar weer. Maar de kleur blauw vormt met talloze andere kleuren een geweldige match, met pastelkleuren en met wit, zelfs met knalrood. In de zomer is het blauw van korenbloemen -vaste en eenjarige- tussen de rode klaprozen toch ook een prachtig plaatje? Wanneer je van deze planten regelmatig de uitgebloeide bloemen verwijdert, blijven ze de hele zomer bloeien. De statige blauwe riddersporen hebben -afgeknipt na de bloei- vaak ook nog een latere, tweede bloei.

Een plant die vanwege vorst-gevoeligheid vaak in potten of bakken gehouden wordt, is de *Agapanthus*. Door een late strenge vorst was ik er - na jaren trouwe dienst - ook ineens drie van kwijt. Na een zachte winter stonden die bakken nog steeds buiten. Maar een zelfde *Agapanthus* in de volle grond (wel toegedekt met wat takken groen) had die late kou wel overleefd. Nu staan de meeste van onze *Agapanthus* in plastic potten in de stenen overpot, zodat ze in de winter gemakkelijk naar binnen kunnen. Dat niet alleen met het



Meerdere Nepeta's (kattenkruid) in een groep doen het ook erg mooi en best lang. In de geranium-familie, zijn er ook veel met blauwe bloemen te vinden. En dan zijn er ook nog de campanula's, hoge en lage varianten. En natuurlijk de salvia's, die helaas niet allemaal een lang leven hebben, maar wanneer je de moeite neemt om van de plant wat niet-bloeiende stekjes te nemen (waarover later), heb je ook het volgende jaar nieuwe salvia's van eigen kweek.



Vooral de hoge Salvia Amistad is hier heel geschikt voor. En wat is er nu leuker dan zelf voor nieuwe planten zorgen?

15

Kleine prachtig-blauwe bloemen sieren ook de ossetong, die hier spontaan vanzelf in de tuin is verschenen. Slakken verschuilen zich graag onder zijn grote bladeren en zijn daar gemakkelijk weg te vangen! Later, richting de nazomer kijken we met veel bewondering naar de bloemen van de Perovskia en de Cariopteris, beide halfheesters.



En nog weer daarna bloeien de herfstasters, de naam zegt het al. De hoge varianten ervan kunnen vaak bij harde wind wel een steuntje gebruiken. In de herfst beginnen ook de blauw-bloemige hebe's, die zeer lang bloeien, zeker wanneer de uitgebloeide aren regelmatig worden weggeknipt. Bij een zachte winter bloeit deze hebe zelfs nog na de jaarwisseling! Bij voorspelling van strenge vorst is het raadzaam ze in vlies in te pakken. Maar neem voor alle zekerheid toch ook hier maar een paar stekken van. Opgegroeid in potten kunnen die later in het seizoen weer uitgroeien tot nieuwe sterke planten.

Dit is slechts een greep uit de collectie blauwe bloemen, een deel inheems, anderen gekweekt. Blauwe bloemen, ze zijn prachtig, het enige kleine nadeel van de kleur blauw is dat die kleur soms een beetje moeilijk vanuit de verte naar voor komt. Maar ga er naar toe en bekijk ze van dichtbij, blauwe bloemen, ze zijn het waard.

“Ik moet opnieuw mijn dood regelen.”

125 jaar familieboerderij

Op 3 januari leverde Leni Boekhout de sleutel van haar kleine oude witte boerderijtje aan de 's Gravenweg 524 bij de gemeente in. Lang geleden konden zij en haar man Leen de boerderij kopen van de eigenaar Dijkshoorn, een varkensboer, voor 70.000 gulden (WOZ waarde 2022 is €1.082.000). Helaas overbood de gemeente dit bod en vanaf dat moment hadden Leni en Leen niets meer te zeggen over de boerderij die meer dan 125 jaar in de familie was geweest. Waar zij in 1930, 93 jaar geleden, geboren is. Waar zij in 1951, 71 jaar geleden, trouwde met Leen (en als enige keer officieel door de voordeur mocht). Na het overlijden van haar vader Cornelis ('Cnelis') in 1974 keerden Leni en Leen terug in haar geboortehuis. Ze woonde dus 50 jaar als getrouwd stel in dat schattige lieve witte boerderijtje. Drie kinderen zagen in de boerderij het levenslicht, Marianne in 1953 (die helaas in 2009 overleed), Ineke in 1955 en Leo in 1963. En Leni dacht dat ze er tot haar dood mocht blijven wonen. Dat bleek een illusie want toen haar man Leen in 2017 overleed, stuurde de gemeente ongeveer twee weken na het overlijden een brief om aan te kondigen dat ze uit de boerderij moest vertrekken. Alleen de naam van Leen stond op het huurcontract dus officieel was ze geen huurster van de boerderij. Beetje toeslagenaffaire denk ik dan.



Geschiedenis

Het witte boerderijtje met de lieflijke naam 'Krek wa'k wou' is oorspronkelijk nooit op de 's Gravenweg 524 gebouwd. Nee, het witte boerderijtje stond ooit op een terp in Kralingen samen met nog twee boerderijtjes. De terp werd de begraafplaats Oud-Kralingen en de boerderijtjes moesten worden afgebroken om elders weer opgebouwd te kunnen worden. Een daarvan is dus opgebouwd op de huidige plek aan de 's Gravenweg 524. Dat betekent dat het huisje

dus ongeveer zo'n 170 of 185 jaar oud is. En de ouders van Leni woonden daar niet alleen. Haar vader Cnelis en haar moeder Janna ('Jans', overleed een jaar voor haar man in 1973) kregen elf kinderen. Maar ze waren niet alleen met de kinderen in de boerderij. In het achterhuis van de boerderij woonden nog een huishoudster en een gezin met 5 kinderen.

Wie herinnert zich niet de donkere dagen voor kerst als de tuin rond het witte boerderijtje met lichtjes versierd was en de kerstbomen in honderdtallen tegen de gevel aanleunden? Het was een genot daar je kerstboom te kopen. Hier in die tuin rond het boerderijtje was al een soort Efteling-gevoel voor het kerstfeest invoelbaar. Tot op 3 december in 2017 dan, want toen kreeg zoon Leo een hartaanval en vader Leen schrok daar weer zo van dat hij spontaan hartproblemen kreeg. Beiden werden in twee ziekenauto's afgevoerd. Honderden kerstbomen waren al betaald bij de groothandel maar niet verkocht. Een financiële ramp leek geboren, los van het lichamelijke gevaar voor vader en zoon.

Buurtbewoners hebben vervolgens de verkoop geregeld en de bomen waren snel uitverkocht, zeker toen mensen hoorden waarom er zoveel volstrekt onervaren kerstboomverkopers in de tuin stonden. Buurtbewoners lieten haar later wederom niet in de steek. Verschillende mensen hebben een petitie opgezet om handtekeningen te verzamelen in de hoop de gemeente te overtuigen dat Leni zou mogen blijven wonen in de boerderij. Mensen van verschillende tv-zenders en dagbladen kwamen bij haar langs en ook de burgemeester verscheen ten tonele. Het heeft niet mogen baten. Al deze onverwachte steun uit de buurt, heeft Leni zeer gewaardeerd. Met klem zegt ze tegen mij 'zet in de krant dat ik hun allemaal heel hartelijk wil bedanken. Hun steun heeft me goed gedaan en ik heb ze daarvoor nooit echt goed kunnen bedanken. Dus zet dat in het krantenverhaal'. Met respect geef ik gehoor aan haar vraag.

Waar woont Leni nu?

Sinds Leni de strijd met de gemeente definitief verloren had, moest ze op zoek naar een nieuw huis. En dat is op een leeftijd van 92 (als je nog gezond bent en alles nog zelf kan doen en er geen psychische reden is om weg te gaan) een pijnlijke opdracht. Ook bouwtechnisch waren er geen onoverkomelijke problemen. Nu woont ze in een bejaardentehuis vlak bij metrostation Gerdesiaweg. Ik ga hier niet schrijven wat ze daarvan vindt (los van de typische Leni opmerking "Ik heb nog niets positiefs kunnen ontdekken").

Het witte boerderijtje was een veilige plek, waar ze gelukkig was. Nooit is ze bang geweest in deze toch vreemde tijd van onvoorziene gebeurtenissen. De bovenverdieping was een aantal jaren geleden dichtgetimmerd want die was te gevaarlijk geworden. Niet zodanig overigens dat het bewoning op de begane grond onmogelijk zou maken.

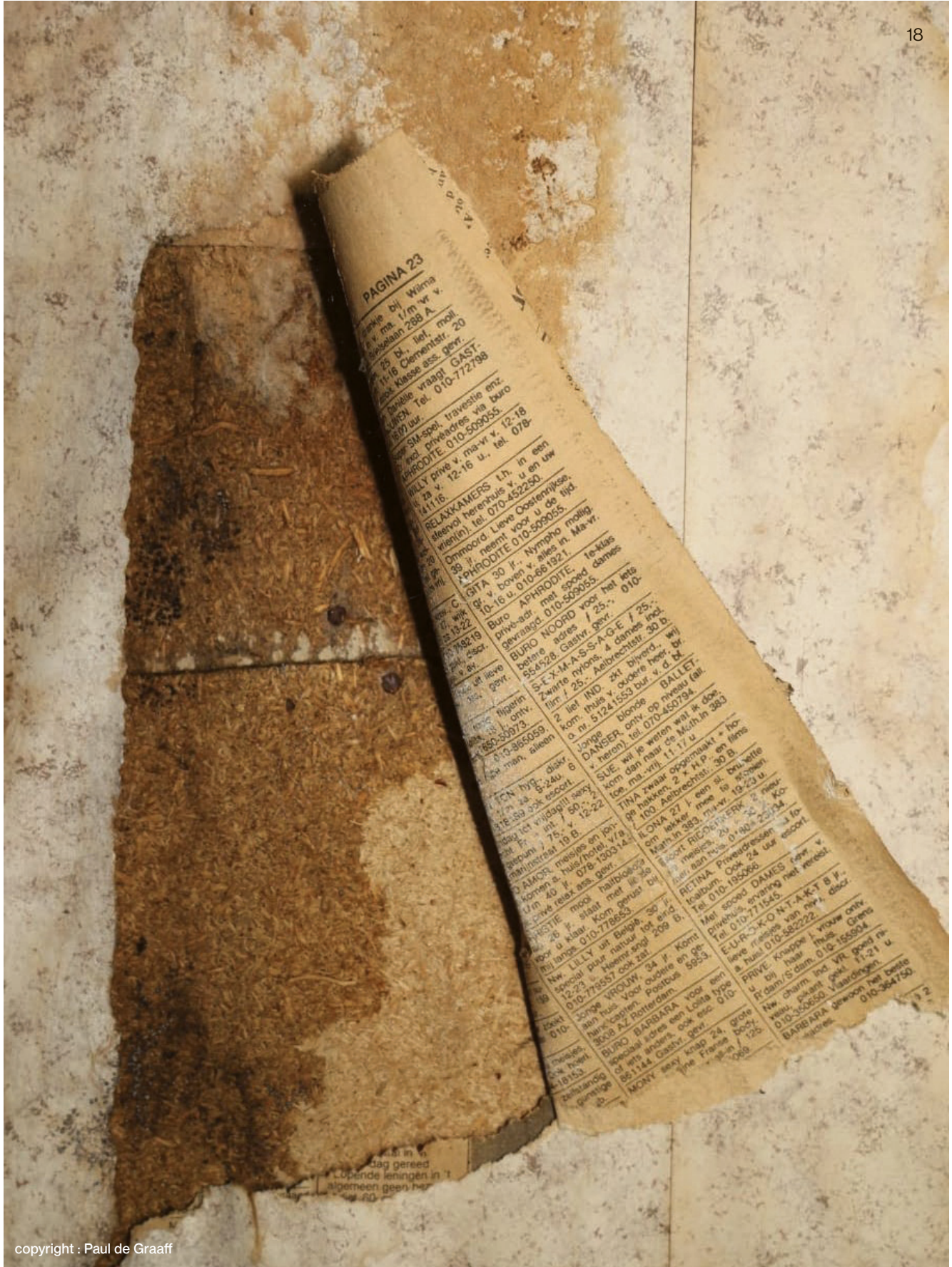
De woon- en slaapkamer beneden oogden vol maar waren gezellig en knus. Zeker bij het afscheidsfeest dat Leni ten deel viel, zo vlak voor de verhuizing. In de voorkamer stonden alle spullen en meubels te glimmen. Zag niet menig fietsende voorbijganger Leni met haar man in de tuin zitten? Die man en de tuin mist ze nu erg. En de keuken, die zo lekker licht en zonnig was, in vergelijking met het mini-keukentje dat ze nu heeft. Als ik haar bezoek, zit ze bij de radiator van de centrale verwarming in zo'n 22 graden. Een echt bejaardenhuis. Maar die warmte prevaleert ze niet boven de 18 graden in het

boerderijtje. "Dat went heel snel hoor, 18 graden", zegt ze, als ik voorzichtig probeer een positief punt van de verhuizing naar voren te schuiven.

17

We spreken over de dood van Leen. In de stal lag hij opgebaard. Daar kon iedereen afscheid nemen van de man met altijd het vertrouwde Algemeen Dagblad in zijn handen. Daarna werd de kist in de kleine woonkamer gezet. De dominee was naar het huisje gekomen om daar met een kamer vol familie, kinderen en kleinkinderen, vrienden en wat burens, een kerkdienst te houden. Zelfs een aantal niet-gelovigen waren diep ontroerd. "Alles had ik al voorbereid voor mijn eigen dood", vertrouwt Leni mij toe. Hartklachten, die ze al lang heeft, kunnen elke dag fataal zijn. "Nu moet ik alles opnieuw bedenken en daar zal ik haast mee moeten maken want je weet het maar nooit".





copyright : Paul de Graaff

In vroeger tijd had men het niet breed. Voor echt behang was geen geld. Kranten werden als behang tegen de muren boven in de slaapkamers van de boerderij geplakt. Paar lagen kranten en daaroverheen werd dan witte verf aangebracht. Een mooie en doeltreffend goedkope oplossing!





copyright : Paul de Graaff



copyright : Paul de Graaff

Zo stelen ze je geld in de supermarkt

Bedrog

Het leven wordt duurder, dus lees hier hoe je kunt besparen. Tegen bedrog kan je je moeilijk weren. Roomboter is duur, dus een veel goedkoper pakje Roombeter of een kuipje Droomboter lijkt dan aantrekkelijk. Maar dat is geen roomboter maar 100% plantaardig. Je wordt dus bedrogen want die 'e' van beter lijkt wel een 'o' van boter. En de D is net zo groot als alle andere letters van 'Droomboter'. Je leest er zo overheen. Je wordt ook voor het lapje gehouden als je het pak 'zeven granen ontbijt' koopt. Na onderzoek van de ingrediënten en hun percentages blijkt het pak voornamelijk een van de zeven granen te bezitten en de andere zes zijn in te verwaarlozen hoeveelheid aanwezig. Maar je mag op het pak wel 'zeven granen' zetten want dat zit er wel in.

Slimme fabrieken

Wat te denken van een enorme voedselabriek, die gewoon kleinere potjes, blikjes en doosjes in de winkel zet. Zit iets minder in maar voor dezelfde prijs. Valt bijna niet op. Soms verlagen ze de prijs een beetje om de verkleining te verbergen. Die prijsverlaging is dus niet in verhouding met de mindere inhoud! Opletten dus!

Met een duur woord noemen ze dat in de marketing 'krimpflatie'. Je betaalt hetzelfde voor minder, alleen zie je het nauwelijks. Het blikje gepelde tomaten is toch als altijd € 0,69? Er zijn winkels die zich hier enorm aan ergeren, omdat het eigenlijk ruikt naar bedrog. De supermarktketen Carrefour in Frankrijk hangt een kaartje bij elk product wanneer dat plotseling iets kleiner is geworden (met dezelfde prijs). En Bakkerij Keek in Utrecht doet hetzelfde met verkleinde producten: koper let op, het is iets minder! Er zijn gelukkig dus ook eerlijke ondernemers. En wat zijn frisdrankfabrikanten toch goed bezig: enorm aanbod van zerodrinkflessen! Maar dat is begrijpelijk want suiker is precies het duurste ingrediënt in de drank. Vervangen dus voor een namaak-suiker, die veel goedkoper is. "Zero is gezonder, Ha Ha". Fabrikanten en winkels zijn vaak zeer slim om de Wet Oneerlijke Handelspraktijken te omzeilen.

Pak je telefoon met calculator!

Laatst liep ik er zelf nog in bij het Kruidvat. Zakjes Kleene suikervrije (!!!) dropjes waren € 1,79 per stuk maar een AANBIEDING, TWEE VOOR € 3,49. In mijn mandje doe ik dus meteen 2 zakjes, dat snap je. Ik controleer altijd mijn

bon en zag niks van een aanbieding. Cassière, help me! Ze dacht eerst ook 'hé dat is raar' maar daarna wees ze me op het kassabonnetje de € 0,09 aan, die ervan was afgegaan. Kruidvat, ik dacht dat een aanbieding iets meer zou zijn dan deze negen cent!

Niet onverstandig je rekenapparaat op je telefoon te raadplegen, vooral als je bijvoorbeeld wc-papier gaat kopen. Vroeger was wc-papier bijna gratis maar door de energieprijzen is de prijs van papier door het dak gegaan. Oud papier is er te weinig (zodat ze van de pulp weer nieuw kunnen maken) en de energie om papier te maken kost veel: beide zaken maken de stijging van de papierprijs zo groot. En dus verdubbelt (of erger) de prijs.

WC-Papier XXL-pakket!

De meeste winkels die wc-papier verkopen hebben bijna nooit dezelfde omvang van verpakkingen. De ene winkel heeft 8 rollen in een verpakking, een ander 10, 18 of 20. En de rollen zijn zelden van dezelfde omvang, want de ene heeft 3 laagjes, de andere 4. Of ze hebben 180 velletjes op een rol, of 200 of 220. Soms heeft het papier een voelbaar papieren golfje in het velletje waardoor de papieren velletjes niet helemaal strak op elkaar gerold kunnen worden. Er zit als het ware een beetje lucht in de rol mee verpakt. En u betaalt deels voor de lucht dus. En nu snapt u ook waarom die verschillende winkels allemaal verschillende groottes van verpakking hebben. Dan kun je ze niet meer met elkaar vergelijken! Dus AH is niet vergelijkbaar met het Kruidvat of met de Jumbo.



Kijk eens naar de twee verpakkingen van super XXL pakketten wc-papier. Ze lijken bijna van dezelfde grootte maar verschillen enorm. De linker heeft 20 rollen met elk 220 velletjes van 3 laagjes papier. De rechter heeft 16 rollen met elk 180 velletjes van 4 laagjes. Je koopt dus bij de linker 13200 velletjes (20x220x3). Bij de rechter levert het 11.520 velletjes op (16x180x4). De linker levert je meer dan 2 rollen extra van 4-laags of bijna 3 rollen van 3-laags.

Let ook eens op de aanbiedingen van blikjes in de supermarkt. Want dat blikje tonijn in de aanbieding in de ene supermarkt, heeft zoveel minder inhoud (of vulsel met water of olie, LET OP HET NETTO GEWICHT!!) zodat het toch duurder is dan de standaardprijs voor zo'n blikje in de andere supermarkt. Vergelijk dus het nettogewicht van de blikjes; reken uit wat elk blikje per gram kost en dan kan je ze pas eerlijk met elkaar vergelijken. Vaak staat op het kaartje aan het schap wat bijvoorbeeld de kiloprijs is. Dan kun je de producten beter met elkaar vergelijken. Neem wel je leesbril mee want de lettertjes zijn heel erg klein.

En lezer, schaam je nu wanneer je dit een belachelijk artikel vindt en hard gelachen hebt om de wc-velletjesberekening. Want dat betekent dat je niet op elke eurocent hoeft te letten (fijn voor je) maar je begrijpt niet dat arme mensen overleven door alles met alles te vergelijken en dat zij kilometers moeten maken om van winkel naar winkel te fietsen om de aanbiedingen te kopen. En vaak eindigen zij toch aan het einde van de week bij de voedselbank.



pexels.com - suzy hazelwood

RIJK AAN: daten

Weer gaan daten op je 50ste

Is er verschil tussen jong en oud?

Huwelijk voorbij? Partner overleden? Eenzame gevoelens? Waarom ga je niet daten en op zoek naar een maatje? En dat kan toch allemaal in een door jou bepaald tempo. Wel is er een belangrijke tip: ga niet te lang met elkaar mailen maar ga snel over op een fysieke ontmoeting. Ga nooit bij jou of de ander in huis maar altijd ergens op neutraal terrein, waar je ook snel veilig weg kunt. Laat altijd een vriend of vriendin weten dat je op date bent.

Uit veel onderzoek blijkt dat de gevoelens over daten bij jong en oud niet echt verschillen. De spanning of het ongemak of de vraag 'doe ik het wel goed?' leven bij zowel jong als oud. Wel zit de oudere meer ontspannen in het spel. Ze kunnen zichzelf goed redden en hoeven meestal niet meer samen te wonen. Kinderen als thema is ook op de achtergrond en vragen over een carrière zijn ook niet meer direct relevant. Wel speelt bij ouderen de vraag naar de gezondheid en de zelfredzaamheid van de ander een rol.

Wees jezelf of onderzoek jezelf

Op TikTok barst het van datingtips, vooral voor en door jongeren. Niet naar kijken en luisteren. Daten wordt voorgesteld als een soort gevecht waaruit jij als winnaar

moet komen. Tinx met miljoenen volgers adviseert je nooit kwetsbaar te zijn, dus ook nooit eerlijk te zijn over je ware gevoelens. De influencer Hollywood Hills Wife propageert dat je altijd verscheidene deurtjes open moet laten. Laat je date weten dat er geen handvol maar een landvol lovers zijn. Zoals de waard is, zo vertrouwt hij zijn gasten. Niet doen dus! Wees gewoon eerlijk en duidelijk.

Okay, je weet het allemaal nog niet zo? De dingen staan nog niet op een rijtje? Nou, zie dan het starten met daten als een mooie zoektocht naar wat je wel en niet wil van een partner. Jij bepaalt het tempo toch! Niet iedereen kan met afwijzing omgaan, dus mail niet onder je volledige naam en geef in eerste instantie ook nog niet gelijk je adres.

Herken de losers op een datingapp

De tijden zijn veranderd dus gebruik je gezonde verstand. De Canadese piloot die in Nederland woont en er fantastisch uitziet en ook erg leuk mailt, hoeft niet echt te bestaan. Als hij telkens maar geen afspraak maakt of steeds afzegt, dan gewoon netjes afbreken dat contact. Niet schelden, iedereen altijd netjes bejegenen, dat getuigt van een goede opvoeding. Hieronder een aantal voorbeelden van hoe anderen NIET netjes met je omgaan.

Love Bombing

Je krijgt bij de start van je datingproces een stortvloed aan complimentjes, liefdesverklaringen en prachtige romantische afspraakjes. Na een poosje verdwijnt deze ideale lover onder het mummelen van 'het gaat allemaal te snel' van het toneel.

Catfishing

Je date met een niet echt bestaand mens. In het profiel is alles bij elkaar gejat. Soms zit er ook een jaloezige partner achter die zo hoopt de eigen partner te ontmaskeren in het vreemdgaan. Wordt het je al snel duidelijk dat elkaar ontmoeten of facetimen of bellen niet werkt, dan ga je weer verder daten met een fris iemand.

Ghosting

Plotseling verdwijnt je date en reageert nergens meer op. Duidelijk te laf om te zeggen dat er geen interesse meer is. Loslaten deze figuur en weer doorgaan. Nooit de moed verliezen.

Zombie-ing / Haunting

Na maanden krijg je plotseling weer berichtjes of likes op je Insta alsof er niets gebeurd is. Belden of zagen jullie elkaar, dan staat de geest plots weer voor je neus. Meestal blijk jij of de seks toch leuker dan met die anderen. Niet meer op reageren, kappen met deze persoon.

Erger is Paperclipping

Je date is opgelost in het universum om maanden later weer te verschijnen alsof er niets is gebeurd. Dat flikt die over een poosje gewoon weer dus weg ermee.

Benching

Na wat dates blijk je plots op de reservebank te zitten en dat ontdek je door allemaal leuke en deels hoopgevende berichtjes te ontvangen maar een vervolgdate komt er niet meer. Weg met deze hopeloze figuur.

Stashing

Je ontdekt dat de persoon met wie je al een poosje date op al de sociale media jou verborgen houdt en de familie krijg je ook nooit te zien. Zo kan je date altijd beweren dat het nooit 'aan' is geweest. Laat deze date los, ook al had zijn familie (en mogelijke partner) heel leuk kunnen zijn.

Cushioning

Je date zit met jou in een monogame relatie maar blijft flirten met anderen. Er blijkt iemand achter de hand gehouden te worden voor als het over is.

Icing

De omstandigheden zijn niet optimaal voor jullie date maar

dat gaat je date in de toekomst oplossen. Blokkades gaan verdwijnen. Nee, je wordt gewoon aan het lijntje gehouden. "Ik moet helaas de afspraak afzeggen want mijn moeder is ziek". Laat die date maar bij zijn moeder.

23

Breadcrumbing

Elke keer krijg je oppervlakkige en inhoudsloze berichtjes. Hier en daar verschijnt een like op je post. Maar je date pakt niet door en een afspraak lijkt er maar nooit te komen.

Money bag

Jje bent niks anders dan een geldezel. Chatberichtjes kosten geld, je date staat op het vliegveld maar er is iets mis en de creditcard doet het niet. Elke date, die je na verloop van tijd geld vraagt of mee lokt in zeer gunstige beleggingen, moet je laten lopen. Vertrouw je eigen gretigheid niet: makkelijk geld verdienen of een 1000 keer mooiere partner dan jezelf, bestaan niet.

Er zijn ook goeie mensen

Sommige mensen schrikken van al deze hierboven beschreven nare mensen op datingsites. Nooit de moed verliezen. Gewoon geloven in de liefde en in jezelf. Er zijn echt ook eerlijke mensen op dat soort sites. Wanneer er een overvloed aan slechte mensen op je pad lijkt te zijn gekomen, bespreek dat met een goede bekende en vraag of je misschien zelf onhandig bent. Twee weten meer dan een. Alles wat te mooi is om waar te zijn, is dat ook meestal. Volg dus deels je intuïtie en geniet van wat goed gaat.



Waarom ben ik hier?



Waarom ben ik hier?

Rens Bod

Uitgeverij Prometheus

Isbn 978 446 5223 9

€ 22,50 harde kaft

De titel van dit boek kan haast niet mooier zijn want is dit niet de vraag die elk mens ergens in zijn leven stelt. De ondertitel van het boek maakt je nog blijer: "Een kleine wereldgeschiedenis van zingeving". En zo'n boek bestaat er nog niet, zeker in het Nederlandstaalgebied. Rens Bod beschrijft 180 manieren van zinvolle levensinvulling. Zijn taal is openhartig en betrekkelijk eenvoudig dus iedereen kan gewoon beginnen met lezen. Geen voorkennis is vereist, enkel interesse in de vraag, die moet je hebben. Steeds meer mensen stellen de vraag want de

antwoorden van vroeger uit de grote godsdiensten zijn voor velen gedateerd.

Rens Bod is hoogleraar in Amsterdam en schreef in 2019 het boek 'Een wereld vol patronen'. En dat heeft hij ook gedaan op het gebied van zingeving. Hij zette allerlei ingenieuze zoekopdrachten uit op internet en groepeerde vervolgens al de gevonden antwoorden op de zinvraag. Vervolgens ontdekte hij in al die 180 zinvolle antwoorden patronen. In het laatste hoofdstuk 'Conclusie De kunst van kiezen wat te doen met je leven' zet hij alles in een schema. Zelden zo'n duidelijk en handig boek gezien!

Even voor de duidelijkheid: de vraag 'wat is de zin van het leven?' kan niet onderzocht worden op een feitelijke basis. Rens Bod beantwoordt in 210 pagina's de vraag 'Wat is zingeving?' op een feitelijke en historische basis. Zo ontdekte hij met behulp van digitale databestanden in miljoenen artikelen 180 zingevingsvormen en deze heeft hij in 30 thema's ondergebracht. "Zingeving vergt een doel, het liefst meerdere doelen die met elkaar in een groter verband staan en die een leven lang meekunnen. We zullen zien dat mensen zowel kortetermijn- als langetermijn- en zelfs onhaalbare doelen nodig hebben. Een haalbaar doel kan immers wegvallen als het bereikt is, waarna we zonder zingeving achterblijven – zoals bij het 'legenest Syndroom' wanneer het zorgen voor de kinderen wegvalt." (blz.16). Er zijn vier soorten zingeving.

De eerste is 'streven naar het onvergankelijke'.

Zingevingsvormen in deze categorie zijn bijvoorbeeld

'verlangen naar onsterfelijkheid', of 'berusting' of 'iets willen achterlaten of iets willen doorgeven' of 'een duurzame wereld' of 'het boven natuurlijke' of 'het occulte', om er een paar te noemen.

De tweede is 'iets bijdragen aan de wereld'.

Zingevingsvormen zijn bijvoorbeeld 'het helpen van anderen' of 'een rijk sociaal leven' of 'naastenliefde' of 'vriendschap' of 'zelfredzaamheid' of 'bestrijden van onrecht'.

De derde is 'iets bijdragen aan jezelf'. Zingevingsvormen zijn bijvoorbeeld 'eigenliefde' of 'genot' of 'geluk' of 'aanzien' of 'roem' of 'persoonlijke groei' of 'hoger bewustzijn' of 'reizen'.

De vierde is 'zingeving in extremis'. Zingevingsvormen kunnen dan zijn 'zelfopoffering' of 'afkeren van de wereld' of 'ascese' of 'aanvaarden wat niet te veranderen is'.

Rens Bod zet al die 180 zingevingsvormen af tegen de indeling 'zijn ze altruïstisch of egoïstisch', hebben ze een 'korte termijn' of een 'lange termijn'. Soms zijn zingevingsvormen niet of-of maar en-en, zoals zelfliefde als ook liefde voor anderen. Zingevingsvormen zijn zeker niet uniek en komen over de hele wereld voor, misschien niet in dezelfde mate. Wel beschrijft het boek zingevingsvormen waarvan de meeste mensen vermoedelijk nog nooit gehoord zullen hebben. Wie weet wat shokunin, ubuntu, mohisme en yangisme, quiëtisme, sprezzatura, punan, ikigai, jainisme, cyrenaïsten, wu wei en junzi zijn? Dit boek is echt verpletterend leuk.

De lezer wordt door al deze elementen uit een onbekende wereld van zingevingsvormen bijna gedwongen om de meest voor de hand liggende zingevingsvormen, zoals het stichten van een gezin, het verrichten van interessant werk, het onderhouden van een rijk sociaal leven, of het helpen van anderen eens flink te onderzoeken of er ook nog iets meer is. En "uit onderzoek blijkt dat hoe meer zin en betekenis mensen weten toe te kennen aan hun leven, hoe langer ze leven in goede gezondheid en welzijn". (blz.202)

Nou, een kleine uitwerking dan. Laten we het Japanse ikigai, 'dat wat ons gelukkig maakt of de reden om te leven', nemen. Dit begrip bestaat uit vier basiselementen: Passie (= waar je van houdt), Missie (= wat de wereld nodig heeft), Beroep (= waarvoor je betaald kunt worden) en Roeping (= waar je goed in bent. "Daar waar iemands passie, missie, beroep en roeping overlappen, vinden we ikigai. De invulling van deze notie van geluk kan voor iedereen anders zijn en we moeten dus zelf op zoek gaan naar onze passie, missie, beroep en roeping, zonder dat we ons kunnen beroepen op anderen." (blz.110)

Als je dit ziet, moet je onmiddellijk naar je huisarts! Anders blind!!

Lichtflitsjes zag ik in mijn buitenste ooghoek. Heel klein. Een soort discoverlichting. Of vonkjes van een knappend houtvuur. Het deed geen pijn en ik had er ook geen last van. Eigenlijk leek er niks aan de hand. Ik dacht dat het gewoon vermoeidheid was. Hard gewerkt en weinig geslapen, dat moest de oorzaak wel zijn. Het zou wel vanzelf overgaan, dacht ik. Maar het ging niet weg en het werd ook niet erger. Kort daarna ging ik voor iets anders naar mijn huisarts. Nou, dat was totaal niets ernstigs. Dus toen zei ik: "er is nog iets, dokter. Ik zie een soort discolichtjes in mijn buitenste ooghoek. Is dat gewoon vermoeidheid?".

Twee minuten later stond ik buiten en moest onmiddellijk naar het oogziekenhuis. En als ze me niet gelijk zouden helpen, dan moest ik mijn huisarts bellen. Dan kon hij zorgen dat ik onmiddellijk geholpen zou worden!

Ik had een 'achterste glasvochtloslating' en dan heb je een kans dat je binnen 24 uur blind kunt zijn. Niks meer aan te doen dan.

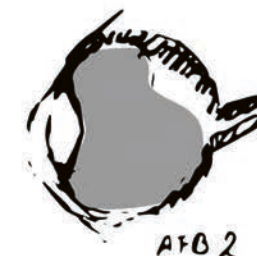
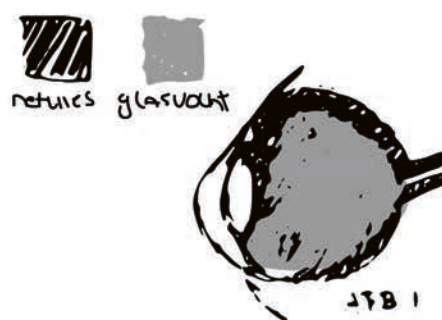
Wil je meer weten over deze discolichtjes, lees hieronder dan meer!

Omdat je ouder wordt, verandert de samenstelling van je glasvocht. Glasvocht zit in de ruimte tussen het netvlies en de lens (afbeelding 1) maar kan dus loskomen van het netvlies (afbeelding 2). Het treedt plotseling op maar kan gepaard gaan met een scheurtje in het netvlies (afbeelding 3). Dan kan er vocht onder het netvlies komen, waardoor het netvlies los komt te liggen. Dat heet een 'netvliesloslating' (ablatio retinae) (afbeelding 4) en als het scheurtje niet snel gelaserd wordt ontstaat er blindheid die onomkeerbaar is. Ik had gelukkig slechts een achterste glasvochtloslating, dus geen scheurtje. Ik kan nog zien.

Los van de lichtflitsjes kun je ook zwevende vlekjes zien. Dat zijn troebelingen in het glasvocht.

Met een duur woord heten die zwevende vlekjes, die in hoeveelheid kunnen toenemen en ook vrij groot kunnen worden, 'mouches volantes'. Typ even in op internet en bekijk de afbeeldingen. Of typ het woord glasvochtstroebeling in op internet. Dan weet je wat je kunt gaan zien als het jou overkomt. Tevens is duidelijk hoeveel verschillende vormen er zijn. Ook de hoeveelheid vlekjes kan enorm van mens tot mens verschillen. Maar één ding is duidelijk: lichtflitsjes of zwevende vliegjes? Ga dan onmiddellijk naar je huisarts. Is

daar de tijd niet meer voor, ga dan in een ziekenhuis naar de afdeling Acute Oogzorg. Zo'n afdeling is zeven dagen per week geopend en ook 24 uur per dag bereikbaar. Dat is dus niet voor niets. Zelf kan je nooit weten of je nu een 'netvliesloslating' of een onschuldige 'achterste glasvochtloslating' hebt. Blindheid kan je dus zomaar overkomen. Nu weet je dat je haast moet maken.



Kleding en seksuele opwinding

De vraag of kleding vooral gedragen wordt als bescherming van het lichaam, heb ik in de twee eerdere artikelen over mode reeds negatief beantwoord. Zie hieronder de twee linkjes naar de twee artikelen over de sociologie en psychologie en filosofie van mode.[01]

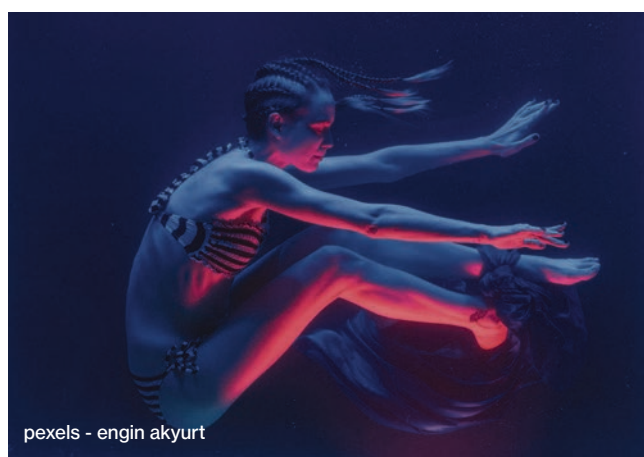
Volgens de psycholoog John C Flügel is seksuele aantrekkelijkheid het meest dominante motief om onze kleding te dragen. [02] In het net gepubliceerde boek "Bedeekt" bespreekt de schrijver Kerrebroeck vanuit een antropologisch perspectief de functies van het bedekken van wat wij nu de 'schaamstreek' noemen en specifiek het verbergen van de genitaliën. Met een duur leenwoord uit het Frans heten die kledingstukken 'cache-sexe', van het woord cacher, wat 'verbergen' betekent. De schrijver toont overtuigend aan, dat deze genitaliën bedekkende kleding reeds in de steentijd, het paleolithicum, aanwezig was. De bedekking van de schaamstreek gebeurt deels als bescherming ervan of omwille van het gevoel van intimiteit en privacy of uit 'zedigheid' of als versiering. In de meeste gevallen is de bedekking zo gering van omvang dat daaruit afgelezen kan worden, dat niet het verbergen van het lichaamsdeel de hoofdfunctie van de cache-sexe is, maar juist het vestigen van de aandacht op deze delen van ons lichaam. Heden ten dage worden immers onze ogen ook meer getrokken naar de lichaamsdelen die door micro-zwemkleding, van slechts enkele centimeters omvang, bedekt worden, dan naar het lichaam, dat bijna totaal door het badpak wordt omspannen. [03]



pexels - engin akyurt

Definitie erotische kleding

De essentie van geseksualiseerde kleding is juist dit spel van bedekken en ontbloten. Onze Nederlandse modehistorica Pauline Terreehorst omschrijft dat mooi, wanneer ze over het décolleté zegt, "van alle kleding is die met décolleté het meest gericht op effect. Het gaat immers juist om dat wat er niet is – stof – op een plaats waar je die gewoonlijk wel aantreft. De laag uitgesneden hals van een japon is de meest directe verwijzing naar wat er zich allemaal bevindt onder die jurk of blouse". [04]



pexels - engin akyurt

De schrijfster Prudence Glynn definieert een erotiserend kledingstuk als kleding die in de basis de doelbewuste intentie heeft te prikkelen – zowel anderen of de drager zelf. En sterker, zo stelt ze, wanneer je het Freudiaans bekijkt dan "is alle kleding erotiserend wanneer die iets verbergt wat door de traditie niet geaccepteerd is om te tonen aan de buitenwereld. ... hier uit volgt dat mensen altijd opgewonden worden door wat verborgen is. Het gaat er altijd om wat er onder zit wat ontdekt moet worden. ... In het algemeen kunnen de grootste beïnvloeders m.b.t. erotiserende kleding verdeeld worden in vier terreinen: religie; de overheid en de wet; de sociale media; en de gemeenschap in z'n geheel, zowel in werktijd als in vrije tijd. ... De meest krachtige factor in het ongedaan maken van taboes m.b.t. erotiserende kleding zijn onbetwifelbaar de sociale media". Belangrijk is te beseffen dat erotiserende kleding dus niet alleen iets is voor degene, die jou bekijkt, maar ook voor de drager zelf. Een prachtig voorbeeld is de anekdote die Glynn over Greta Garbo beschrijft. De filmdiva eiste onder al haar kleding, hoe eenvoudig ook, lingerie van hoogwaardige pure zijde. 'Waarom?', protesteerden de studiobazen, 'want niemand gaat het ooit zien. Het is ongelooflijk duur en niemand zal ooit weten dat het hoogwaardige pure zijde is'. Waarop de diva antwoordde "Ik zal het weten en ik zal anders lopen". [05]

Deze voorspellende woorden van Garbo onderstrepen dat erotiserende kleding heden ten dage niet meer iets is dat door mannenogen wordt bepaald maar vooral door de drager zelf. "Ik houd ervan om een jonge vrouw in haar spijkerbroek te zien, een leren jasje en Dr Marten's, omdat zij opzettelijk zichzelf niet aangekleed heeft als een smakelijk hapje voor mannen, wat haar voorlopers voelden te moeten doen. Zij zegt over zichzelf: 'Mijn seksualiteit is net zo krachtig en onschendbaar als die van jou.' De vrouw is bevrijd van vooral de mannelijke blik (die definieerde wat erotisch is: 'mannen hebben heel lang de behaaglijke illusie gekoesterd dat ondeugende gedachten een exclusief mannelijk privilege waren.'). Deze emancipatie van de kleding en "de groeiende intolerantie t.o.v seksuele hypocrisie liet kinky kleding uit de kast komen en bondage kledij werd niet alleen gedragen in het openbaar maar schitterde in top modetijdschriften zoals Vogue en Elle als hoogwaardig top design." [06]

Heel soms is het een vrouw juist te doen om het lustopwekkende effect van kleding op de man, in het bijzonder haar ex. Net nadat Prins Charles in 1994 op tv zijn affaire met Camilla Parker-Bowles had opgebiecht, droeg Prinses Diana naar een galadiner haar 'revenge dress', haar wraakjurk. Een zwarte jurk die ze al jaren daarvoor had gekocht, maar nooit had gedragen in het openbaar, omdat ze die te gewaagd vond. Zo kon ex Charles zien wat hij vanaf dat moment moest missen. Hoe zag die jurk er ook alweer uit: laag uitgesneden, met blote schouders, zeer strak om het lichaam en aan de onderzijde schuin afgesneden, zodat de benen optisch verlengd werden en het linkerbeen mooi bloot was dan het rechterbeen en dat alles in de kleur zwart.



Historische bepaaldheid

27

Wat erotisch is, verschilt per cultuur en tijd. Dat is volstrekt helder. De borsten als erotiserend onderdeel van een vrouw hebben historisch geen eeuwigheidswaarde, ook al is dat verbazend. In Engeland aan het begin van de 20ste eeuw waren juist de billen en de schouders erg erotiserend en de meeste vrouwen hadden een opgevuuld kussentje dat ze in hun décolleté deden om zo hun borsten minder te tonen. De New Look van M. Dior in de jaren twintig van de vorige eeuw liet zien dat borsten niet echt stijlvol waren. In de jaren zeventig van de vorige eeuw vond in het westen de emancipatie van de borsten plaats. Zij werden in die tijd gede-erotiseerd door ze als volkomen normaal te laten zien. In het openbaar gaven vrouwen borstvoeding, op de stranden was de monokini vigerend en in de winkels hingen veel stofjes die doorzichtig waren.

De voet is een ander onderdeel van ons lichaam dat historisch de nodige transformaties heeft ondergaan. Heel veel vrouwen dragen net iets te kleine schoenen, omdat ze vinden dat ze te grote voeten hebben. Het lijkt in schril contrast te staan met de populariteit van de sneaker, waarin heerlijk vrij bewogen kan worden. Weg met de pump en de torenhoge hakken van weleer. Wat te denken van de afgebonden voeten van jonge Chinese meisjes. De lotusvoet wordt nu gezien als een onacceptabele en strafbare mutilatie.

Wat te denken van het middel in de vrouwenmode: in de late 15de eeuw verschoof het middel tot net onder de borsten en in de periode net na de eerste Wereldoorlog verdwenen zoveel mogelijk de verschillen in mannen- en vrouwenmode, dus zeker het omsnoerde middel! Dit zijn drie voorbeelden van de maatschappelijke historische bepaaldheid van het schoonheidsideaal. Dat ideaal heeft alles te maken met wat wel of niet erotiserend is, maar maakt het onderwerp in dit verhaal te complex. Trouwens, over schoonheidsidealen schrijf ik nog een aantal andere artikelen. Omwille van de uitvoerigheid laat ik het in dit artikel verder onbesproken.

Er is nog een andere historische bepaaldheid die kleding wel of niet erotiserend maakt. En dat is de individuele historie van een mens. Een van de duidelijkste voorbeelden hiervan komt bij de reclame- en communicatiewetenschapper Hans Ferrée vandaan. Hij schreef een boek over fluweel en dat boek heeft een unieke omslag. U raadt het al, van zacht diep rood fluweel. Een staaltje opperste druktechniek, ook nog eens! Als klein kind groeide hij op in een gezin waarin geen aandacht was voor de ontluikende seksuele gevoelens bij ons Hansje. Stiekem las hij in drie door zijn ouders verborgen boeken (met de intrigerende titel 'De Man en de

Vrouw') en ontdekte allerlei zaken, die op Borneo rondom een huwelijk speelden en hoe er gedacht werd over onanie (zelfbevrediging). "Van die drie boeken is maar één zinnetje in mijn geheugen blijven hangen: Het wellustige gevoel bij het aanraken van fluweel is meermalen beschreven. Punt. Uit. Eindelijk iets wat ik herkende toen ik me bij het lezen van dat ene zinnetje bewust werd dat ik bij het voelen van de fluwelenjurkjes van mijn zusjes, wanneer ik met ze aan het stoeien was, of bij het voelen van de fluwelen jurken van mijn tantes, wanneer ze mij aanhaalden, een soort elektrische trilling door mijn lijf voelde gaan. Ik had daar nooit bij stilgestaan, ervoer het gevoel als prettig, maar hier stond het zwart op wit in dit boek: Het wellustige gevoel bij het aanraken van fluweel is meermalen beschreven." [07]

Zie hier de erotiserende werking van kleren. Het materiaal kan opwindend zijn. Dat speelt bij bont, bij latex, bij leer, bij zijde, bij nylon, bij bij bij bij, tot in het oneindige. In de psychologie heet dit een fetisch, een fixatie voor materialen of voorwerpen (schoenen, handschoenen en en en en en, tot in het oneindige).

Heel veel van die persoonlijke voorkeuren voor opwinding noemen de meeste mensen 'pervers'. En deze mensen weten niet dat ze in de val zijn gelopen van de Britse seksuoloog Havelock Ellis. Die noemde in 1897 zijn 'patiënten' met atypische seksuele behoeften 'geperverteerden'. Als liefdescoach heb ik veel stellen op de bank gehad. Om een succesvolle interventie te plegen in de bijna mislukte relaties, ondervroeg ik ze op vijf aspecten. Een daarvan gaat over hun seksuele voorkeuren en vooral hun fantasieën. Daar werd, in bijna alle relaties, een pijnlijke eenzaamheid duidelijk. Die gevoelens hanteerbaar maken herstelde vaak de relatie. De psycholoog Bering beschrijft een mooi experiment. De ene helft van de onderzoeksgroep moest een vragenlijst invullen gewoon wanneer zij dat wilden. De vragen gingen over allerlei seksuele handelingen en speciaal of ze zelf ooit die handelingen zouden gaan verrichten. U begrijpt het al: bijna iedereen antwoordde ontkennend en walgde en had minachting voor veel van zulke handelingen. Mensen van de tweede groep moest dezelfde vragenlijst invullen maar met dat verschil, dat het moment moest samenvallen met een hoogtepunt van hun klaarkomen, wanneer ze een poos porno hadden gekeken. U voelt hem aankomen: de tweede groep was erg open-minded met betrekking tot de meeste seksuele voorkeuren. Het boek van Bering zal voor veel mensen met wat vastzittende ideeën een openbaring zijn. "Het idee van abnormale seksualiteit zit hem evenzeer in het afwijken van de seksuele voorschriften van onze cultuur als in het schenden van de voortplantingswetten. Maar het idee van 'perversies' (of 'ingaan tegen wat juist is') is geheel een



hersenspinsel van de moraliserende menselijke geest. Ontdaan van die loodzware emotionele last worden seksuele afwijkingen gewoon een statistisch begrip, dat aangeeft dat er van onze maatschappelijke normen wordt afgedwaald." [08]

We mogen ruimdenkend zijn als volwassenen over de erotiserende werking van kleding. En misschien zijn veel zaken inderdaad niet pervers. Maar in een college over mode en ethiek heb ik studenten luid en duidelijk gemaakt (en laten we het hierover allemaal eens zijn) dat het ongepast en diep verwerpelijk was toen de Hema een jarretelgordeltje verkocht voor meisjes van rond de acht jaar. En even verwerpelijk en verachtelijk was het toen de Amerikaanse modewinkel Abercrombie & Fitch in 2011 bikinitopjes MET VULLING verkocht voor meisjes van zeven jaar. Dat noemen we echt pervers! Er was toen maar 1 vrouwelijke student in het college, die het niet met mij eens was. Die ene dame deed me nog verdrietiger voelen over deze onacceptabele verkoop van kleding voor kinderen.

Reageren: rikroelfzema@gmail.com

Artikel digitaal: www.rikroelfzema.nl ('Over mijn publicaties')

Dit artikel is gebaseerd op de volgende bronnen:

[01]= <https://www.rikroelfzema.nl/wp-content/uploads/2023/11/045-2023-11-2-artikelen-over-mode.pdf>

[02]= The psychology of clothes (1930)(1940), blz.163

[03]= Bedekt (een antropologische geschiedenis van de cache-sexe), Philip E.V.van Kerrebroeck (2023). Dit rijkelijk geïllustreerde boek neemt je mee in oneindig veel samenlevingen en ook de onze, bijvoorbeeld de in de zestiende eeuw bij mannen zo duidelijk aanwezige prononcering van het mannelijk geslachtsdeel (braguette) door een met stugge stof opgevulde schaambuidel waardoor het mannelijk geslachtsdeel in enorme omvang toenam. De schrijver heeft het boek wat mij betreft oppervlakkig structuur gegeven en komt erg over als een omgevallen boekenkast. De schrijver is een enthousiast verzamelaar van voorbeelden, waardoor het bos wat aan het zicht onttrokken wordt. Neemt niet weg dat ik het boek kostelijk vond.

[04]= Het seizoen (een modeboek), Pauline Terreehorst (1993), blz.70

[05]= Skin to skin (eroticism in dress), Prudence Glynn (1982), blz.22-23 + 123-124 (vertaling rik r)

[06]= Dressed to kill (seks power & clothes), Colin McDowell (1992), blz.32 + 12 + 17 (vertaling rik r)

[07]= De Fluwelen Verleiding, Hans Ferrée (1996), blz.85-86

[08]= Pervers, Jesse Bering (2013), blz.76-78 + 85



King Kong en mode voor vrouwen



King Kong Theorie
(een feministisch
manifest) – Virginie
Despentes (2023); isbn
789044546293. 14,95

geslachtsloos – althans dat geslacht doet er gewoon niet toe – en eigenzinnig, autonoom levend.

Het symbool van de dood van King Kong betekent niets meer dan vrouwen, die enkel en alleen kunnen bestaan conform hun geslacht. Zij zijn er voor mannen.

Dan volgen zware hoofdstukken over verkrachting, prostitutie en pornografie. Snoeihard sabelt ze ouderwetse opvattingen neer en ruilt deze in voor opmerkelijke opvattingen. Ga het lezen, maar je moet niet van suiker zijn om de 154 bladzijden te kunnen doorgronden. Over prostitutie schrijft ze de meest onthutsende zin die ik daarover ooit gelezen heb. Zelf was zij gedurende lange tijd prostituee en voelde zij zich zeer autonoom en sterk in dat beroep. Juist omdat de klanten zich aandienen met de meest kwetsbare wensen, zouden de mannelijke klanten hun plaats moeten weten maar dat is niet zo. "Met een vriendelijke, ietwat droevige stem, zeiden de klanten lijdzaam: 'Door kerels als ik doen meiden zoals jij wat ze doen'. Het was een manier om me op mijn plaats te zetten als gevallen vrouw, waarschijnlijk omdat ik niet echt de indruk gaf eronder te lijden." (blz.88) Zelfs als een vrouw duizend keer sterker is dan zij, de mannen met wensen, draaien die mannen de werkelijkheid nog om. Het gaat altijd over de man op de hoogste plaats, dat zeggen zij.

Over de macht van erotiserende kleding schrijft zij het volgende, wanneer zij als prostituee de straat op ging: "De eerste keer dat ik in een kort rokje en op hoge hakken de deur uitging. De revolutie hangt maar van een paar accessoires af. (...) Ik genoot meteen van de impact die ik had op het mannelijk deel van de bevolking, die extreme statusverandering op het komische af. Tot die tijd was ik

een bijna onzichtbaar meisje geweest, met kort haar en afgetrapte gympen. Ineens werd ik een losbandig schepsel. Zo cool. Het deed me denken aan Wonder Woman, die een telefooncel inloopt en er als superheldin uitkomt, ik vond de hele toestand hilarisch. (...) Het effect dat het op veel mannen had was bijna hypnotiserend. (...) En het werkte echt niet alleen bij seksmaniakken. Bijna iedereen is gefascineerd door een vrouw die eruitziet als een hoer. Ik was een gigantisch stuk speelgoed geworden. (...) Ik, die altijd schijt had gehad aan meidendingen, kreeg een passie voor naaldhakken, luxe lingerie en strakke mantelpakjes. (...) Zodra ik die hyper vrouwelijke kleren aanschoot, kreeg mijn zelfvertrouwen een boost, alsof ik een lijntje coke had gesnoven." (blz.67-68). We lezen hier wat 15 jaar daarvoor al de Amerikaanse feministe Camille Paglia verwoordde in 'Vamps en Tramps' (1994) als ze de jaren tachtig powervrouwen beschrijft, die opklimmen in het door witte mannen gedomineerde bedrijfsleven. "Maar we moeten onder ogen zien dat de kleding waarin vrouwen zich op het werk presenteren inherent meer erotiek uitstraalt dan die van mannen. Er schuilt een bepaalde onderhuidse sensualiteit in parfum, lippenstift, nagellak, felle kleuren, zachte stoffen, subtiele sieraden en hooggehakte pumps. Blote benen, volgens de vroege Neanderthalers onder de feministen een symbool van onderworpenheid (hoe meer blote huid je toont, hoe minder macht je bezit), worden in de jaren negentig steeds meer beschouwd als een zichtbare incarnatie van de seksuele macht van de vrouw." (blz. 89-90)

In de popcultuur is Madonna de verpersoonlijking van bovenstaande ideeën en ze heeft deze gepopulariseerd. "Meisjes begonnen haar te imiteren, droegen hun sjaal op dezelfde manier, droegen netkousen met pumps, overdreven namaakjuwelen of met verf bespatte broeken. Ze wilden op haar lijken, want ze was voor hen een vrije geest." (blz. 69-70) "Voor Madonna was de link met sadomasochisme en fetisj onweerstaanbaar en op dezelfde manier als waarop ze altijd met dubbele betekenissen speelt, straalt haar Blond Ambition-korset zowel onderdanigheid als kracht uit." (blz.180). Het korset met de extreme punt-bh, dat zij in die tour droeg, is ontworpen door de beroemde Jean Paul Gaultier. (citaten uit: 'Madonna het icoon de biografie', (2007), Lucy O'Brien) De onderdrukking van de vrouw moest ten einde komen, luister maar naar 'What it feels like for a girl'. Het boek van Despentes toont in superboze zinnen, dat vrouwen die mogelijk buiten de norm vallen, zich deze verworven vrijheid niet moeten laten afnemen. Sexy kleding of niet. rikoelfzema@gmail.com

Ken jij jezelf?



Ken Jezelf (een openhartige filosofie)
Tinneke Beeckman
Uitgeverij Boom (2023)
Isbn 978 90 2443 959 1
24,90

Alles op de wereld en ontmoet je veel andere mensen. Die mensen geven soms ruimte of nemen die juist: wat voel je? Ten derde wil je weten waar jouw goed en kwaad opvattingen precies toe leiden: wie wil je zijn? Ten vierde is het leven niet alleen maar leuk maar is er ook lijden om je heen, soms dood en verderf. Dat kan soms akelig dichtbij komen: hoe leef je en hoe sterf je?

Beeckman snijdt elke van de vier basisvragen in kleine partjes, alsof het een sinaasappel is. En elk partje heeft een omvang van 4 of 5 bladzijden. Eenvoudige inleidingen op filosofisch gedachtegoed dus. Geen diepgraverij of scherp-slijperij met een omvang van 30 of 40 pagina's. Nee hoor, elke avond een partje van 4 pagina's, daarna kan het boekje weer dicht. Voor mensen die al heel wat van filosofie weten is dit boekje dus minder geschikt, sterker, dan is het veel te oppervlakkig. Dit boek wil de held of heldin, die voorzichtig over zichzelf wil gaan nadenken, aan de hand meenemen. Dat doet ze razend knap. De vraag 'wie ben je?' deelt ze op in tien partjes. Een leuke is het uitgangspunt dat je geen 'ik' hebt maar eigenlijk heel veel ikken. 'Ik is een ander'. Herlees je dagboek maar en ontdek dat je leven een lange aaneenschakeling is van telkens veranderende ikken. "Als je een foto van jezelf ziet, valt er niet veel te zeggen. In het beste geval kun je stellen: 'Hier was ik een béétje mezelf'." (blz.38) Ook een leuke is het partje "Ben je een narcist?" "Het vlotte antwoord lijkt ja te zijn. Mijn ijdelheid is namelijk indrukwekkend, en dat lijkt toch een voorwaarde voor narcisme te zijn. Zo prijkt mijn foto op de omslag van mijn boeken. Voor mij is het te laat om nederigheid te

claimen." (blz.65) De vraag 'wat voel je?' deelt ze op in dertien partjes. Een heet: 'Is jaloezie een teken van liefde?' Aan de hand van een boek van Marcel Proust laat ze zien, dat jaloezie de mogelijkheid voor een ware liefde verhindert. Haar vier bladzijden tellende betoog eindigt ze met een citaat van François de La Rochefoucauld: "De jaloezie bevat meer eigenliefde dan liefde". (blz.107) Vier bladzijden kunnen je diep aan het nadenken brengen. Hoe zie ik dit? Hoe werkt het bij mij? De derde vraag 'wie wil je zijn?' deelt ze in 11 deelvraagjes. De deelvraag 'hoe kun je het kwaad begrijpen?' snijdt diep als ze de opvattingen van de filosofe Hannah Arendt bespreekt. Zij betoogde over de afschuwelijk wrede nazi Adolf Eichmann, bij wiens strafproces in Israël ze aanwezig was, dat het ergste kwaad geen grootsheid bevat. "Arendt wil de fascinatie en zelfs bewondering voor oppermachtige, kwade krachten wegnemen." Zij noemt het kwaad 'banaal'. "Het kwaad is banaal omdat het alledaagse mensen kan corrumpieren." (blz.173) Seriemoordenaars zijn zomaar je buurman, die elke dag naar je zwaaide en zo burgerlijk saai leek. De vierde vraag 'Hoe leef je en hoe sterf je?' opent ze met de Franse filosoof Albert Camus: "Het menselijk lot is absurd. ... Bij het absurde ervaar je een diepe kloof tussen wat je zelf verlangt en de wereld, die je hierin teleurstelt. Je wilt een verklaring voor lijden en onrecht, maar je hoort alleen stilte." (blz.187) Dat herkennen we allemaal. Op ons levenspad komen vele tegenslagen voor, waarvan we vinden dat we ze niet verdiend hebben. Een hoopvolle passage volgt als ze een paar psychologen (ja, niet alleen filosofen kunnen je iets leren) laat uitleggen dat (1) "De tegenslag moet je toelaten om je verborgen kwaliteiten te ontdekken. Je weet niet waartoe je in staat bent, tot je het leert uit eigen ervaring. Die kennis verandert je zelfbeeld. ... (2) Tegenslag kan ook positief zijn wanneer hij je in staat stelt relaties oprechter te beleven. Je leert op wie je kunt rekenen en wie er echt toe doet. ... (3) of conflicten geen aandacht verdienen." (blz.195-196)

Niet geheel onverwacht schrijft Beeckman over het sterven, dat we dat in onze maatschappij volledig hebben weggemoffeld. We wensen ons een snelle dood op hoge leeftijd in totale gezondheid. "Ze beseffen echter niet dat ze het onmogelijke wensen: je kunt niet oud worden zonder de dood te zien naderen. Het overlijden van je naasten herinnert je aan je eigen sterfelijkheid." (blz.218)

Op 6 januari 2022 ontving ik het volgende appje over mijn jeugdvriend: "Dag Rik, ik moet je berichten dat Rob is overleden. Je kunt nu niet bellen. Ik bel je later." Totaal onverwacht. Ik zit hier alleen te schrijven.

Bedankt voor het lezen!

Ineke van Engeldorp
Paul de Graaff
Fabienne Konings
Harry van der Meiden
Guus van Meurs
Lydia den Otter
Rik Roelfzema
Margreet Walraven
Kyra de Graaff

Tot over 3 maanden in het volgende nummer van de krant RIJK!