

V.V.A.O.

MAGAZINE VOOR VROUWEN MET EEN HOGERE OPLEIDING
nummer 17 | april 2013

Invloed

De invloed van succes

*Het publiek als nieuwe
bron van invloed*

Zorg dat je erbij bent...

VVAO-magazine #17

Inhoud

- 3 Voorwoord
- 4 Vrouwen met invloed, vrouwen en invloed
- 6 De invloed van succes: de paradox van de onnipotens gevangen in een kooi
- 8 Het publiek als nieuwe bron van invloed
- 11 Heldhaftig - Vastberaden - Barmhartig
- 16 Zorg dat je erbij bent...
- 18 De invloed van voeding op ons lichaam en onze gezondheid
- 22 VVAO Wetenswaardigheden
- 26 De invloed van gesproken taal

Website: www.vvao.nl
LinkedIn: De VVAO heeft een besloten groep op LinkedIn
Twitter: @VVAO_NL
Facebook: <https://www.facebook.com/pages/VVAO/108435899243063>

Copyright © Teksten uit deze uitgave mogen alleen worden overgenomen of vermenigvuldigd met uitdrukkelijke toestemming van de redactie.

Colofon

VVAO Magazine is een uitgave van de VVAO, Vereniging van vrouwen met hogere opleiding. Alle leden van de VVAO krijgen het magazine gratis toegezonden. Het magazine is als download te vinden op www.vvao.nl/actueel. De VVAO is aangesloten bij de IFUW (International Federation of University Women) en de University Women of Europe (UWE).

De contributie voor 2013 bedraagt € 72,70 op basis van acceptgiro of € 67,75 op basis van incasso. Voor leden in het buitenland geldt een ander tarief, info bij kantoor@vvao.nl. Een los abonnement op VVAO Magazine kost € 45,00.

Redactie

Francine ten Hoedt (hoofdredacteur)
 Aletta Blaisse
 Anneke van Doorne-Huiskes
 Barbara Snabilié
 Marianne Welschen

Aan dit nummer werkten mee:

Floor Basten, Llewellyn Bogaers, Alexander Brenninkmeijer, Tanja Collins, Sieth Delhaas, Willy Kol, Hilde Spille en Marianne Thomassen.

Redactieadres

Secretariaat VVAO
 Postbus 628
 4200 AP Gorinchem
 Tel. 0900 2109907

Kopij en suggesties voor artikelen kunt u mailen naar redactie@vvao.nl. Voor specifieke vragen over VVAO Magazine kunt u contact opnemen via hoofdredacteur@vvao.nl.

Vormgeving

Mevrouw Lynch
www.mevrouwlynch.nl

Druk

Puntscherp
www.puntscherp.nl

Productie

Moons Media
www.moonsmedia.nl

Oplage

4.500 exemplaren

ISSN 1871-9481

V·V·A·O·

vereniging van vrouwen met hogere opleiding

Alle mensen worden vrij en gelijk in waardigheid en rechten geboren

Ooit leerde ik bij organisatiekunde het onderscheid tussen macht, gezag en invloed. Simpel gezegd: macht heb je als je mensen kunt dwingen te doen die jij wilt, ook als ze het niet willen. Gezag heb je als macht hebt, maar mensen doen wat je ze vraagt, niet omdat jij ze dwingt, maar omdat ze het zelf willen. Invloed heb je als je geen macht hebt en mensen doen wat jij wilt.

Met macht heb ik niet zoveel. Waarom zou je iemand anders mogen dwingen te doen wat jij wilt, omdat je meer geld, meer kennis of meer kennissen hebt dan die ander? Dat druist voor mij in tegen iedere vorm van gelijkwaardigheid. Een euvel waar vrouwen al eeuwenlang onder lijden. Maar los je dat op door als vrouw macht te willen vergaren? In feite gebruik je dan de wapens van de ander, in dit geval de man, om hetzelfde te bereiken als die ander. Daarmee blijft de ongelijkwaardigheid, al zijn de rollen dan omgekeerd. En Einstein zei het ooit al: een probleem los je niet op binnen de kaders waar het is ontstaan.

Het addertje onder het gras is de vanzelfsprekendheid waarmee we allemaal aannemen dat macht bestaat en dat er mensen zijn die macht kunnen en mogen uitoefenen. Voor mij is macht een relatie. Ik accepteer zelf dat iemand macht over mij uitoefent, misschien uit angst voor pijn of uit respect voor de kennis van die ander. Of omdat ik niet de middelen beschik om me te verzetten. Maar door uit te zoeken waarom ik de macht van de ander accepteer en op welke voorwaarden ik dat doe, houd ik de regie, omdat ik dan zelf de grenzen bepaal waarbinnen die ander macht over mij mag uitoefenen. Dan behoud ik ook de keuze om er uit te stappen of een andere weg te bewandelen.

Bij gezag denk ik aan de piloot, die tijdens een vlucht de gezagvoerder is. Het personeel gehoorzaamt haar, al was het alleen al voor de eigen veiligheid. Mensen voelen een reden om aan de wensen van de gezaghebber te voldoen, in de wetenschap dat daarmee hun belangen behartigd worden, al hebben ze zelf geen inbreng in de keuze van de activiteiten.

Veel vrouwen hebben gezag, uit hoofde van hun positie als bestuurder van het huishouden. In de meeste gezinnen is de vrouw nog altijd degene die leidend is in de waan van alle dag. Mannen doen steeds meer mee, maar laten zich daarbij vooral sturen door hun vrouw, wellicht omdat zij geen inzicht hebben in de complexiteit van het laten reilen en zeilen van een gezin. Daarmee zijn vrouwen de hoeders van de toekomst, zij hebben het grootste aandeel in de opvoeding van de kinderen. Een kostbare en belangrijke taak, omdat je hier begint met het bouwen aan de gelijkwaardigheid van mensen. Alleen al door de vader een gelijkwaardig aandeel in de opvoeding te geven en door samen na te denken over de opvoeding. Hoe je dat bereikt? Door je invloed aan te wenden.

Antoine de St Exupery beschreef voor mij op de mooiste manier wat invloed is. Als je een boot wilt bouwen, ga dan niet op zoek naar werklieden, maar leer de mensen verlangen naar de zee. Net als macht is invloed ook gebonden aan regels ter voorkoming van misbruik. Gebruiken van je invloed kan ontaarden in pure manipulatie, zoals leiders van sektes doen. Als je invloed wilt uitoefenen, ben je verantwoordelijk voor wat je teweeg brengt, hoezeer je volgers ook verlangen naar de zee die je hun gespiegeld hebt.

Het mooie van invloed vind ik, dat iedereen die heeft, in dit opzicht zijn alle mensen uitermate gelijkwaardig. Het gaat erom jouw wens duidelijk te formuleren en aan anderen kenbaar te maken. Dan zul je zien dat alle krachten in het heelal zich gaan inspannen om jou te helpen je doel te verwezenlijken, zoals Paulo Coelho zo mooi zegt.

Zullen we het eens in de praktijk proberen? Het lijkt mij geweldig als alle hoogopgeleide vrouwen in Nederland lid zijn van de VVAO, om ons samen in te zetten voor de gelijkwaardigheid van alle mensen in Nederland en in de wereld. Dat kan gemakkelijk, als ieder VVAO-lid minstens één nieuw lid aanbrengt. Naarmate we met ons allen meer bereiken, zullen steeds meer mensen gaan verlangen naar de zee en als vanzelf in beweging komen om die gelijkwaardigheid in de samenleving vorm en gestalte te geven. Ieder op haar eigen manier en binnen haar eigen invloedssfeer, zonder machtsmiddelen in te zetten. Doe je mee?

Francine ten Hoedt is hoofdredacteur van het VVAO Magazine en lid van de afdeling Utrecht.





Vrouwen met invloed, vrouwen en invloed

De titel van deze tekst geeft verschillende interpretatiemogelijkheden. Vrouwen met invloed zijn er. Maar ze zijn schaars. Vrouwen en invloed is een breder thema. Daarover moeten we het zeker hebben.

Vrouwen met invloed

Laten we eerst even kort ingaan op vrouwen met maatschappelijke invloed. Vrouwen die door wie ze zijn en wat ze doen de loop van de geschiedenis mede bepalen, om maar meteen hoog in te zetten. Ze zijn er. Op het Europese toneel bijvoorbeeld, Angela Merkel, getipt als machtigste vrouw van de wereld, van Europa. Maar hun getal is (te) klein. Foto's, beelden van samenkomsten van gewichtige lieden brengen bij mij altijd enige misnoedigheid teweeg. Veel mannen, weinig vrouwen. En dit terwijl de wereldproblemen gigantisch zijn en de intellectuele bagage van vrouwen de afgelopen decennia enorm is gegroeid. Vrouwen met invloed moeten toenemen in getal, ik schreef er vaker over en noem het nog maar eens. De problemen waar samenlevingen mee kampen zijn te groot om alleen aan mannen over te laten. De (verbeeldings)kracht van vrouwen is hard nodig. Ook in Nederland is de mannelijke dominantie op het politieke speelveld bijvoorbeeld, groot, zeer groot. Groter dan enkele jaren terug, naar het mij voorkomt. Dit moet anders. Dit zal anders worden in de toekomst. Maar het duurt wel lang. Te lang, wellicht.

Maar er is indirecte invloed, zullen sommige lezers opperen. Achter "belangrijke" mannen staan vaak vrouwen. Hun meningen, zienswijzen doen er toe, ook al is dit aan de buitenkant niet te zien. Natuurlijk is dit zo. Maar dit argument overtuigt me niet. Ik zie liever open en directe invloed. Invloed, macht zo je wilt, waarvoor je *accountable* bent, waarvoor je je hebt te verantwoorden.

Vrouwen in de schaduw van de geschiedenis. Ik hoor en zie ze liever rechtstreeks. Geeft de mooie bundel van Els Kloek *1001 Vrouwen uit de Nederlandse Geschiedenis* troost? Nee en ja. Nee, 1001 klinkt veel, maar is gering in de loop van de verschillende tijden. Maar ook ja, goed om over al die eigenzinnige vrouwen te lezen en hun intelligente gezichten op die prachtige foto's te zien. Ze lijken talloze vrouwen te representeren die nooit die kansen hebben gehad, maar die wel dat potentieel aan denkkraft en creativiteit bezaten.

Vrouwen en invloed

Hanna Rosing schreef er een stevig boek over *The End of Men and the Rise of Women* (2012). Het testosterontijdperk loopt ten einde, zoals de Volkskrant bij een bespreking van dit boek op 2 februari 2013 de wereld liet weten. Vrouwen streven mannen voorbij, zo is de boodschap. Meer vrouwen dan mannen behalen universitaire diploma's in de Westerse wereld. Hun getal op de arbeidsmarkt neemt toe en nadert in de Verenigde Staten en het Verenigd Koninkrijk de helft van de beroepsbevolking. Jonge vrouwen verdienen vaak al meer dan hun mannelijke leeftijdgenoten. Alleen aan de top laten ze het nog afweten, zoals genoemd Volkskrantartikel ons en passant nog even laat weten. Wel tamelijk cruciaal natuurlijk. Maar goed, vrouwelijke kostwinners winnen terrein, betoogt Rosing. In Washington, hoofdstaat VS, wordt 64 procent van de gezinnen al - grotendeels - door vrouwen onderhouden. Natuurlijk is dat niet alleen een teken van emancipatie, niet in de VS, niet in Nederland. Maar dit feit heeft wel consequenties in termen van invloed. Invloed van vrouwen in de eigen levenssfeer, invloed ten aanzien van opvoeding en besteding van gelden.

Sekstereotypingen en hun invloed

Sekstereotypingen kennen een taai leven. Dit bleek ook uit het novembernummer van Opzij 2012, waar de top-100 machtigste vrouwen bekend werd gemaakt. Macht, invloed? Nou, dat viel wel mee, zoals de

meeste vrouwen zeiden. Waarom dat *down playen*? Enerzijds gewoon uit realisme. Macht, invloed, het vermogen de wereld - een beetje - te veranderen, dit valt slechts weinigen toe. Maar ook andere overwegingen spelen wellicht een rol. Openlijk streven naar invloed en macht, van mannen wordt een dergelijk gedrag getolereerd, begrepen en geaccepteerd. Vrouwen die openlijk hun wensen op dit punt ventileren hebben in de regel meer uitleg nodig om hun gedrag geaccepteerd te krijgen. Zo dit al lukt. Vrouwen dienen, mede in en door hun beroepen, toch vooral zorgzaamheid en vriendelijkheid uit te stralen. Openlijk aangeven invloedrijke posities interessant en nastrevenswaardig te vinden past daar minder goed bij. Macht, invloed om anderen ten dienste te staan mag dan weer wel (vgl. <http://dezesdeclan.wordpress.com/2011>). Misschien een tip om hoger op te komen?

Laten we als VVAO bijdragen aan vrouwen met invloed. Vrouwen die daar openlijk voor gaan en staan.

Al zou ik vrouwen hoe dan ook adviseren om hun licht niet onder de korenmaat te stellen. Beperkende sekstereotypingen, ook die welke het gedrag van mannen onnodig begrenzen, zouden hun langste tijd moeten hebben gehad. Vanuit dat perspectief vind ik de huidige kledingstijl van kleine meisjes lichtelijk verontrustend. Zo veel meer nadruk op verschillen in wat meisjes dragen en wat jongens, waar meisjes mee spelen en waarmee jongens, dan bijvoorbeeld drie decennia terug. De commercie heeft er zich met graagte op gestort en ouders met kids doen er met passie aan mee. Wat gaat dat betekenen voor de *mindsets* op het vlak van sekseverhoudingen die kinderen voor later ontwikkelen? En voor al die roze prinsesjes, van wie in een later leven toch warempel wel enige weerbaarheid wordt gevraagd? Terug naar gescheiden mannenrollen, vrouwenrollen, met eng voorgeschreven gedragingen? Het lijkt me in hoge mate in tegenstelling met wat Rosin schrijft over de *rise of women*. En in dat laatste zie ik meer.



Literatuur

- Rutger Bregman (2013). De grote vrouwelijke revolutie. In: *de Volkskrant*. Vonk. Zaterdag 2 februari.
- Els Kloek (2013). *Vrouwen uit de Nederlandse geschiedenis*. Uitgeverij VanTilt: Nijmegen
- Opzij (2012). November, nr. 11. 40e jaargang.
- Hanna Rosin (2012). *The End of Men and the Rise of Women*. Penguin Group: New York, London.
- <http://dezesdeclan.wordpress.com/2011>

De invloed van succes: de paradox van de omnipotens gevangen in een kooi



Afstand nemen van je situatie en zelfreflectie kunnen helpen om zowel de vervreemding van de omnipotens als ook de spijlen van de kooi te doorbreken.

Als je succesvol bent, heb je meteen ook veel invloed. Bekende Nederlanders worden in de media om commentaar gevraagd over alles wat je maar kunt bedenken, meestal helemaal niet gerelateerd aan hun vak. Deze invloed is eerder afgeleid van hun bekendheid dan van hun talenten en zorgt ervoor dat ze met het succes ook een gevoel van omnipotens, van almacht, krijgen.



Gewoon omdat het kan

Het begint, zo gauw je er vanzelfsprekend van uitgaat, dat anderen je de koffie of thee komen brengen, zoals een Nederlandse popster ooit zei. Je krijgt het gevoel dat jouw behoeften belangrijker zijn dan die van anderen. Je bent ervan overtuigd dat je jouw talenten beter kunt inzetten, als anderen een aantal alledaagse lasten van je schouders halen. Misschien heb je een artistiek, sportief of wetenschappelijk talent, of ben je goed in het omgaan met de media of het leiden van een afdeling. Zo gauw anderen springen om te voldoen aan jouw behoeftes zonder dat er sprake is van wederkerigheid, begint het proces van omnipotens en van vervreemding dat vaak volgt op succes.

'Anderen springen om te voldoen aan jouw behoeftes zonder dat er sprake is van wederkerigheid'

Een mooi voorbeeld van een vergaand gevoel van omnipotens is Lance Armstrong. Hij voelde zich na het verslaan van zijn kanker onkwetsbaar, onverslaanbaar, onaantastbaar. Dit werd duidelijk in het interview met Oprah Winfrey, toen hij zei: *'I thought I could do whatever I want whenever I want'*.

Verveemding van jezelf

In de roman *The Picture of Dorian Gray* van Oscar Wilde laat Dorian Gray op jonge leeftijd een schilderij van zichzelf maken. Vervolgens wordt het schilderij ouder, terwijl hij zijn jeugdige uiterlijk houdt. Ook de lichamelijke gevolgen van drugsgebruik en zijn nare trekken zijn alleen op het schilderij te zien. Zelfs als Dorian Gray de gruwelijkste misdaden pleegt en het goed verborgen schilderij een heel lelijk en vertekend gezicht krijgt, blijft zijn eigen gezicht jeugd en onschuld uitstralen. Dorian Gray kan doen wat hij wil wanneer hij het wil, maar raakt tegelijkertijd volkomen vervreemd van zichzelf.

Deze vervreemding van jezelf en de realiteit is vaak een gevolg van succes. Het wordt versterkt door het ontzag dat veel mensen hebben voor succes. En helemaal als je een zekere omnipotens uitstraalt, gedragen velen zich als fans van rocksterren, ook in het bedrijfsleven. Ze zullen alles doen om je te behagen, zodat jouw macht ook op hen afstraalt. Er

zullen nog maar weinigen zijn die jou kritisch als gelijke durven te benaderen. Je eigen vermogen tot zelfkritiek wordt kleiner door de voortgaande vervreemding. Alles wat je doet wordt immers met gejuich en goedkeuring begroet. Een goede remedie is om in contact te blijven met familie en vrienden die je nog van vroeger kennen. Ik denk dat dit een van de onderdelen is van het langdurige succes van vele Volendamse popmuzikanten.

De kooi van verwachtingen

De omnipotens en vervreemding gaat vaak gepaard met het gevoel in een kooi van verwachtingen te zitten. Zakelijke relaties zullen verwachten dat je doorgaat met je succes en nog harder gaat werken, zodat zij ervan mee kunnen profiteren. Veranderingen worden vaak niet op prijs gesteld. Vrienden en familie zullen verwachten dat je hen laat delen in je succes door meer tijd met ze door te brengen. Iedereen wil aandacht, om op die manier in je succes te delen. Voor jezelf blijft er bijna geen plek meer over, zeker niet als je jezelf als persoon en professional verder wilt ontwikkelen.

De invloed van succes is een paradox van een gevoel van omnipotens en tegelijk vastzitten in een kooi, net als een vogel. Afstand nemen van je situatie en zelfreflectie kunnen helpen om zowel de vervreemding van de omnipotens als ook de spijlen van de kooi te doorbreken.

Sinds 1995 werkt Hilde Spille bij Paperclip Agency. Deze organisatie werkt voor artiesten uit de hele wereld, onder andere door optredens te zoeken in Nederland en Europa. Met haar achtergrond als cultuurpsychologe valt het Hilde steeds weer op, wat voor invloed succes op de artiesten heeft. Velen kunnen hier niet goed mee omgaan. Ze worden door de muziekindustrie dan in de steek gelaten.





Het publiek als nieuwe bron van invloed

Hebt u wel eens van Cecilia Payne-Gaposchkin¹ gehoord? Ik niet, totdat ik op de Facebook site *'I fucking love science'* een post met haar foto tegenkwam en de tekst *'I discovered what the sun is made of. Too bad I didn't have a penis, then you'd know that.'* Ik schrijf dit niet zo op om u te choqueren, maar doe graag aan correcte bronvermelding en wil een aantal termen introduceren die volgens mij met invloed te maken hebben.

Correcte bronvermelding is belangrijk, want zichtbaarheid in de wetenschap is een groot goed. Onzichtbaarheid van individuele wetenschappers kan ertoe leiden dat hun kennis buiten beeld raakt en daarmee niet benut wordt. Onzichtbaarheid van groepen wetenschappers leidt tot vertekende beeldvorming over wie in de wetenschap actief en van waarde is. Zichtbaarheid is bijvoorbeeld voor vrouwen moeilijker te verwerven dan voor mannen; meer vrouwen dan mannen worden in de geschiedenis van de wetenschappen vergeten. Wat is dan de bijdrage van zichtbare, erkende kennis (bijvoorbeeld geproduceerd door weten-

schappers aan universiteiten) voor samenlevingsvraagstukken? Anders geformuleerd: zit er onzichtbare kennis in de samenleving, kennis die niet officieel erkend is, maar wel een bijdrage kan leveren aan het oplossen van vraagstukken? Ik denk het wel en ben daarin gesterkt door John Dewey² en zijn werk dat ik nog steeds van grote, eigenlijk steeds actuelere waarde acht: *The Public and its Problems*. Een publiek, zo schreef hij in 1927, is een verzameling mensen die als groep ontstaat, doordat die geraakt is door een gebeurtenis die dusdanige gevolgen heeft, dat de bestaande structuren en systemen er niet adequaat op kunnen rea-

geren. Het publiek bereidt daarop nieuwe besluitvorming voor en heeft daarmee invloed op de organisatie van de samenleving. Het zou daarmee een krachtige rol kunnen spelen in een democratie. Zien we daar ook daadwerkelijk iets van terug in onze eigen samenleving?

Van verzorgingsstaat naar kennisdemocratie

Lange tijd hebben we onze samenleving georganiseerd als een project, waarbij project staat voor: naar voren geworpen. We hadden een op de toekomst gerichte samenleving en meenden onze plannen waar te kunnen maken doordat we geloofden in de voorspellende waarde van de sociale wetenschappen. We bepaalden vooraf allerlei doelgroepen op basis van de verwachting dat ze een handje geholpen moesten worden om onze utopie daadwerkelijk te kunnen bereiken en beslisten hoe dat handje hulp eruit moest zien. En als ze niet geholpen wilden worden of vonden dat ze op de verkeerde manier geholpen werden, gingen ze wel de straat op of regelden we een inspraakmomentje. Natuurlijk doe ik hier alle goede bedoelingen tekort, maar wat ik maar wil zeggen is dat de invloed in onze democratie door de manier waarop we de samenleving hadden ingericht niet erg gelijk verdeeld was: wetenschap wist, politiek besliste, het volk onderging.

In een kennisdemocratie gaat kennis hand in hand met nieuwe invloed en nieuwe media

In 1576 vroeg Étienne de la Boétie³ zich af waarom mensen zich vrijwillig onderwerpen aan de dictatuur van een ander. In 2013 vragen dictatoriale leiders zich af waarom mensen dat niet meer doen. Wat is er gebeurd? Om dit uit te leggen, heb ik een aantal begrippen nodig.

Het eerste is 'risicosamenleving' van Ulrich Beck⁴. Kort gezegd: onze samenleving is complex geworden waardoor we oorzaak en gevolg niet meer kunnen onderscheiden. Exit de voorspellende waarde van wetenschap: 'risico' is geen kwestie van door experts berekende kansen, maar een inherent kenmerk van onze tijd. En belangrijker: moderne risico's (EHEC-bacterie, kredietcrisis, ...) kunnen ons allemaal treffen. Om hierin tot breed gedragen oplossingen te kunnen komen, introduceerde Sheila Jasanoff⁵ het begrip 'technologie van bescheidenheid', waarin naast experts en beleidsmakers ook andere, nieuwe partijen plaatsnemen aan de onderhandelingstafel over wat nu het probleem is, wie er nu kwetsbaar is, hoe we de middelen naar rato verdelen en wat we hier nu van willen leren. Deze participatie van nieuwkomers leidt niet vanzelf tot een productieve samenwerking of gezamenlijke resultaten. Het schuurt weleens tussen oud en nieuw in wat Roel in 't Veld⁶ 'kennisdemocratie' noemt. Hiermee bedoelt hij dat naast oude vormen van politiek, wetenschap en media nieuwe vormen opkomen, dat daar spanningen tussen ontstaan en dat daardoor het oude nieuwe functies krijgt. Het nieuwe laat zich niet meer wegcijferen.

Onderzoek in de samenleving

Invloed verandert onder deze omstandigheden van zenden naar delen. Oude invloed was de ander vertellen hoe de wereld in elkaar zit en wat hij daarin moet doen. Nieuwe invloed is ervaren hoe de wereld in elkaar zit en daar vanuit waarden en betekenis wat mee doen. Wanneer een publiek door een gebeurtenis niet alleen nieuwe besluiten voorbereidt, maar ook op zoek gaat naar eigen betekenissen en waarden, dan noem ik het een 'onderzoekend publiek'. Hebben we daar geen universiteit voor dan? Waarom zou een publiek gaan onderzoeken? Misschien omdat we het motto uit *Zen and the Art of Motorcycle Maintenance* van Robert Pirsig⁷ aanhangen:

*And what is good, Phaedrus,
And what is not good -
Need we ask anyone to tell us these things?*

Misschien omdat we het leuk vinden om onze hersenen te gebruiken. Misschien omdat we ons realiseren dat we op onszelf kunnen vertrouwen en tegelijkertijd elkaar nodig hebben. En misschien wel omdat we zo eigenwijs zijn om te beseffen dat er geen monopolie op kennis bij universiteiten ligt. Wanneer we de onzichtbare kennis in onze samenleving zichtbaar maken, hebben we meer middelen en vermogens tot onze beschikking om vraagstukken aan te pakken en invloed uit te oefenen op besluitvorming en de beeldvorming die daaraan voorafgaat. In een kennisdemocratie gaat kennis hand in hand met nieuwe invloed en nieuwe media. Gelukkig maar, want nu weet ik dankzij Facebook dat het Cecilia Payne-Gaposchkin was die ontdekte waar sterren van gemaakt zijn.

¹ Cecilia Payne-Gaposchkin (1900-1979) was geleerde in de astronomie en astrofysica. In 1925 poneerde zij in haar dissertatie een uitleg van de samenstelling van sterren in termen van de relatieve overvloed van zuurstof en helium. In de review van haar proefschrift wilde Henry Norris Russell haar overtuigen van haar ongelijk, omdat haar conclusies niet overeenkwamen met wat op dat moment gangbare kennis was. Vier jaar later moest hij haar echter gelijk geven op basis van zijn eigen onderzoek. De ontdekking van Payne-Gaposchkin is vaak aan Russell toegeschreven, hoewel hij dit heeft getracht te corrigeren. Hoewel ze veel en uitzonderlijk werk op het gebied van de astronomie heeft verricht en jarenlang doceerde aan Harvard University, werd ze pas in 1956 benoemd tot hoogleraar.

² John Dewey (1859-1952) heeft bijgedragen aan de psychologie, pedagogiek en filosofie en is daarmee een voorbeeld van een interdisciplinaire wetenschapper. Tegelijkertijd was hij een sociaal geëngageerd en politiek kritisch verdediger van de democratie, die volgens hem aan herziening toe was. Hij zag democratie niet als louter stemrecht, maar als een experiment waar de burgermaatschappij sturend in is: 'A democracy is more than a form of government; it is primarily a mode of associated living, of conjoint communicated experience' (*Democracy and Education*, p. 93). De vorm van onze gedachten en beslissingen mag dan individueel zijn, de inhoud ervan is een product van 'association' of 'interconnected action' (*The public and its problems*).

³ Étienne de La Boétie (1530 - 1563) was een Franse rechter, schrijver, politiek filosoof en auteur van het *Vertoog over de vrijwillige onderdanigheid* (*Discours de la servitude volontaire*).

⁴ Ulrich Beck (1944) is een Duitse socioloog. Hij is hoogleraar aan de Universiteit van München en de London School of Economics.

⁵ Sheila Jasanoff is Pforzheimer Professor of Science and Technology Studies bij de Harvard Kennedy School. Ze is een pionier op haar vakgebied 'Wetenschap en techniek'. Ze heeft meer dan 100 artikelen en hoofdstukken in boeken geschreven en is auteur of redacteur van tientallen boeken, zoals *Controlling Chemicals*, *The Fifth Branch*, *Science at the Bar* en *Designs on Nature*.

⁶ Roel in 't Veld (1942) is een Nederlands bestuurskundige met veel boeken en artikelen over bestuur op zijn naam.

⁷ Robert Pirsig (1928) is een Amerikaans filosoof en schrijver.

Literatuur

- Basten (2010) *Researching Publics*, in: In 't Veld (ed.) *Knowledge Democracy. Consequences for Science, Politics and Media*, Heidelberg: Springer.
- Beck (1992) *Risk Society: Towards a New Modernity*, London: Sage.
- Boétie, de la (1997) *Discours de la servitude volontaire*, Paris: Mille et une nuits.
- Dewey (1927) *The Public and its Problems*, New York: Holt.
- Jasanoff (2003) *Technologies of Humility: Citizen Participation in Governing Science*, In: Minerva, 41.
- Payne-Gaposchkin (1925) *Stellar Atmospheres, A Contribution to the Observational Study of High Temperature in the Reversing Layers of Stars*, Ph. D. Harvard University.
- Pirsig (1974) *Zen and the Art of Motorcycle Maintenance. An Inquiry Into Values*, London: Corgi Books.
- Veld, in 't (2011) *Transgovernance. The Quest for Governance of Sustainable Development*, Potsdam: IASS Institute for Advanced Sustainability Studies.

Over de auteur

Floor Basten (floorbasten@orleon.nl, www.campusorleon.nl) werkt voor [campus]Orléon. Haar specialiteit is narratief onderzoek en die zet ze bij voorkeur in voor de kennisdemocratie.

Met haar achtergrond in de letteren en gepromoveerd in de sociale wetenschappen, leest ze de samenleving als een verhaal - waar ze zelf in meedoet. Floor is lid van de afdeling Nijmegen.



Heldhaftig - Vastberaden - Barmhartig

Als je het hebt over invloed uitoefenen, dan is de Nationale ombudsman daar een levend voorbeeld van. Burgers kunnen bij de Nationale ombudsman terecht als zij een klacht hebben over de bejegening door een overheidsinstantie. De ombudsman kan op eigen initiatief of naar aanleiding van een klacht een onderzoek instellen. Hij heeft uitsluitend een adviserende taak, maar wordt door menig politicus en ambtenaar als een onstuitbare luis in de pels ervaren. Hoe ontwikkel je zo'n positie? Een boeiend interview met Alex Brenninkmeijer, die sinds 2005 de functie van Nationale ombudsman bekleedt.

Inloed is geen losstaand begrip

'Ik zie invloed in relatie tot de dingen die ik van belang vind. We leven in een wonderlijke tijd met de nadruk op rationaliteit. We leggen alles langs een meetlat, alles moet meetbaar en toetsbaar zijn. In de Angelsaksische wereld telt geld nog meer dan bij ons, maar in de rapportages van het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) wordt geconstateerd dat ondanks de financieel-economische crisis voor mensen geld niet het belangrijkste punt is, maar de vraag hoe we met elkaar omgaan. Dat onderwerp keert steeds terug in het maatschappelijk debat.

Ik trek weleens de vergelijking met de retorica van Aristoteles. Hij onderscheidde logos, pathos en ethos. Onze maatschappij is doorgeslagen naar de logos. Er is een irrationele, overdreven benadrukking van de ratio. Rationaliteit is een 'isme' geworden, het is haast een ideologie.

Daar staat tegenover dat in onze dramademocratie, onze mediocratie vervolgens ongecontroleerd ingespeeld wordt op pathos. Kijk maar eens naar al die *real-life* programma's met een groot beroep op het onderbuikgevoel. Er worden steeds meer meningen en emoties geventileerd, die voor waar worden gehouden.

En dan is er de ethos. Onder dat financieel-economische rationalisme zit een sociaal weefsel dat wordt gevormd door niet-toetsbare aspecten van het leven.

Aristoteles heeft deze middelen van overtuiging in het kader van de retorica genoemd, maar voor mij hebben ze veel meer betekenis dan overtuigen alleen, het gaat over overtuigend zijn. Hoe kan de overheid overtuigen? De rationalistische riedel is onvoldoende overtuigend. De persoon die spreekt en wat hij daarbij uitdraagt, is essentieel voor het overtuigen. Dat heeft te maken met leiderschap. In crisistijd is de roep om krachtige leiders groot. Mensen die het voortouw nemen en anderen meesleuren in hun gedachtegoed. Doordrukken is rationalistisch. Het gaat juist om balans, verbinden met gevoelswaarden, maar vooral met het ethisch kompas.'

Hoezeer Brenninkmeijer daarin gelijk heeft, is te lezen in de Wet Nationale ombudsman, waar de procedurele kant van het ambt is opgeno-

men: definities, de benoemingsprocedure, redenen voor schorsing of ontslag. Maar waar staat nou waarvoor de Ombudsman is aangesteld?

Wat heb ik nou aan algebra nu ik voor de keuze sta...

Met een brede glimlach citeert Brenninkmeijer uit het lied 'Algebra' van Loeki Knol (1976)

'Dat ene zinnetje geeft precies weer waar het om gaat. Een menselijke keuze is geen simpel rekensommetje, het gaat erom welk gevoel de keuze je oplevert en waar je voor staat. Het venijn in onze tijd zit in de overwaardering van geld en economie. *De homo economicus* heeft geld en geldelijk gewin als kompas, maar dat is een miskenning van het wezen van de mens. Wij zijn meer dan geld alleen.

Zo kun je ook ons werk zien. De Nationale ombudsman houdt zich bezig met behoorlijkheid. Als iets rechtsmatig is, is het dan ook wel behoorlijk? Wij geven inhoud aan die behoorlijkheid. Hoe zorg je ervoor dat het slachtoffer zich serieus genomen voelt? De overheid trekt zich terug op rationalisme; "spreekrecht", "schadevergoeding". Je past de regels toe en dan is het goed. In een gesprek kun je verder gaan: is het behoorlijk wat je doet.

Een goed voorbeeld is de vreemdelingendetentie, daar hebben we afgelopen augustus een rapport over uitgebracht ('Vreemdelingenbewaring, strafregime of maatregel om uit te zetten'). Vreemdelingen die niet in Nederland mogen verblijven, kunnen worden ondergebracht in een gevangenis met strafrechtelijke beperkingen. De rechter heeft het goedgekeurd, maar de overheid treft verwijt dat zij deze mensen in een geestdodende situatie brengt. Dat is misschien wel rechtmatig, maar niet behoorlijk.

De Ombudsman heeft een eigen kanaal met gesproken columns en mini-interviews op Youtube
www.youtube.com/user/nationaleombudsman

Oproep:

Het VVAO gelegenheidskoor zoekt een muzikale begeleidster

Het VVAO-gelegenheidskoor (dat succesvol voor het eerst optrad tijdens het Lustrum van Utrecht op 17 november 2012) zal ook optreden op het 95-jarig VVAO-lustrum op zaterdag 9 november 2013 in het Academiegebouw te Utrecht. Het gelegenheidskoor is op zoek naar een muzikale begeleidster.

Er staat op 9 november een prachtige vleugel klaar, wie wil haar klanken laten klinken? Begeleidsters die een ander instrument bespelen, zijn ook welkom.

Het enthousiaste en inspirerende koor wil graag samen met jou de uitdaging aangaan!

Wil je graag meezingen in het koor?

Meld je dan aan! De repetities vinden plaats in Utrecht.

Je kunt je aanmelden bij: Dineke van Iwaarden, Lid lustrum commissie, e-mail: dinekevi@gmail.com. Tel: 030 262 78 03





De ontwikkeling van de Nationale ombudsman gebeurde via de verbinding tussen rechtmatigheid en behoorlijkheid en respect voor de mens en respect voor de relatie tot mensen. Het gaat niet om geld, regels of rekensommen alléén.'

Ga het lastige gesprek aan

'Beïnvloeding vindt plaats door het lastige gesprek met de overheid aan te gaan. Je probeert de overheid voor een dilemma te plaatsen en gaat een *difficult conversation*, een lastig gesprek aan in een situatie als steeds de muur van regel en protocol wordt opgeworpen.

Ik had een discussie over wat gebeurd is met de schoppende politievrouw van het filmpje op Youtube. Twee agenten hielden vorig jaar juni in Rotterdam-Zuid een dronken man aan. Een omstander legde de arrestatie op film vast. Daarop is te zien hoe de agente de dronkaard enkele fikse trappen geeft. Het filmpje leidde tot grote publieke verantwoordiging. Ook ik was geschokt, maar het vooronderzoek gaf uiteindelijk geen aanleiding tot verder onderzoek. De getuigenverklaringen waren te uiteenlopend. Ik stelde wel de vraag of er sprake was van proportioneel gedrag van de agente. Het openbaar ministerie deed de zaak af als 'geen strafbaar feit'. Maar daarmee voelde het niet alsof er recht was gedaan, ook niet voor het corps. Ik ging aan tafel met de betrokken agente en de politiechef. Ik heb doorgevraagd: 'Is dit professioneel? Is dit wat je wilt uitstralen? Hoe plaats je dit in de context van Rotterdam Zuid?'

Bij zo'n gesprek moet je niet uitgaan van een oordeel. Je vertrekt uit de driehoek van Aristoteles. Zo sta je in kwesties, ga je met anderen in gesprek. Zo ontwikkelt het onderwerp zich maatschappelijk gezien. Zo creëer je toegevoegde waarde. Wij zijn een soort microkrediet voor de samenleving, wij doen moeite om het lastige gesprek aan te gaan.'

Het leverde hem ook een compliment op van een minister: 'Ik heb nog nooit iemand ontmoet die verschrikkelijke dingen zo vriendelijk kan brengen.'

Empowerment

Een van de manieren waarop de Nationale ombudsman invloed doet gelden is door empowerment van de burger. Er zijn verschillende brochures die burgers helpen om te begrijpen wat zij in relationeel opzicht van de overheid mogen verwachten.

Zo is er een Behoorlijkheidswijzer waarin nuchter en oordeelloos de omgang tussen overheid en burger wordt aangegeven: 'Overheden moeten bij de uitvoering van hun taken op een behoorlijke manier omgaan met burgers en hun belangen. Dit betekent dat de overheid de burger serieus neemt en met respect behandelt. Overheden moeten niet als onpersoonlijke bureaucratieën werken. Zij hebben steeds oog voor de menselijke maat...'

De Excuskaart is weliswaar geschreven voor overheden, maar is voor iedereen een duidelijke richtlijn om oprecht verontschuldigen aan te bieden.

Alle brochures zijn gratis te downloaden via www.nationaleombudsman.nl/informatiemateriaal. In feite is het informatiemateriaal een weerslag van meer dan dertig jaar werken aan een behoorlijke relatie tussen overheid en burger.

Oppassen voor de arrogantie van de macht

'De kern bestaat ook uit zelf behoorlijk zijn en oppassen voor de arrogantie van de macht. Je hebt een bepaalde positie, waardoor luiheid op je eigen oriëntatie op moreel kompas dreigt. *Practice what you preach* is belangrijk. Hoe kun je geloofwaardig zijn, als je de waarden en normen die je uitdraagt, niet in je eigen organisatie toepast?'

Toen ik hier kwam werken, waren de termijnen om te reageren soms heel lang. Daar ben ik mee aan de slag gegaan. Er is voortdurend spanning tussen mensen als persoon en de organisatie als systeem, als bureaucratie. Ik zoek naar interfaces tussen mensen en systeem. Als organisatie dienen we ons bewust te blijven dat we de neiging hebben om systeemgedrag te vertonen. Dus houden we ook lastige gesprekken binnen onze eigen organisatie.'

Escaleren mag

'Soms moet je forcerend bezig zijn, via de media of een brief aan de Tweede Kamer. Dat kan leiden tot heftige irritatie, maar het leidt veelal ook tot het lastige gesprek. Soms moet je het lastige gesprek uitlokken, waardoor de andere partij contact met je opneemt en bereid is tot het gesprek.'

Bij de UWV hebben we een aantal keren een onderzoek gedaan. Dan volgde een gesprek en kwamen verbeteringen tot stand. Op een gegeven moment stakte het. Toen brachten we een scherper rapport uit. Dan krijg je de Raad van Bestuur aan tafel. 95 procent van ons werk is zonder enige vorm van escalatie, maar soms moeten we ervoor prikkelen en de luis in de pels spelen. In de rol van luis in de pels maak je tegenkrachten los. Daar moet je verstandig mee omgaan. Je rug recht houden, moreel kompas werkt alleen als je met vastberadenheid je werk durft te doen.'

Brenninkmeijer, geboren en getogen Amsterdammer pakt van zijn bureau een brief van de gemeente Amsterdam en leest voor wat er in het wapen van Amsterdam staat:

'Heldhaftig, Vastberaden, Barmhartig, dat is het devies van Amsterdam en het is ook mijn devies als ombudsman. Het zit gewoon in mijn DNA!'

Macht is voor mij een rode knop

'Mensen die macht gaan uitoefenen dat vind ik niet fair. Het wordt vaak heel feitelijk gebruikt. Dan vraag je je achteraf af: wat is er gebeurd? Transacties tussen mensen moeten transacties blijven, zelfs al heeft de staat het machtsmonopolie. Bijvoorbeeld politie: ik onderken dat machtsuitoefening van de staat gelegitimeerd is, maar is het ook proportioneel?'

Macht aanvaarden of verwerpen is funest. De ombudsman heeft geen macht, maar moet het hebben van zijn morele gezag. Het gaat over een kloppend verhaal, over omgaan met emoties, om het moreel kompas op tafel te krijgen. Dat doen we ook in bemiddeling.

Er is een verschil tussen mediation en ombudsbemiddeling. Als ombudsbemiddelaar kun je altijd behoorlijkheid van de normen in het gesprek brengen. In feite vertegenwoordig je de positie van de burger tegenover de overheid. Je kunt het een beetje vergelijken met de scheidingsmediator die de belangen van de kinderen behartigt, gedurende de scheidingsmediation.'

Vrouwen klagen minder

'Ik heb geen precieze cijfers over Nederland paraat. Ik zie wel dat mannen vaker een klacht indienen dan vrouwen. Een klacht indienen is ontmoedigend en vereist enorme inzet. Vrouwen haken af, ze maken een andere afweging, ze laten dingen eerder zitten. Dat blijkt uit onderzoek van mijn collega-ombudsman van de UK, Dame Julie Mellor.'

Maar misschien is het ook wel logisch dat vrouwen een andere weg zoeken. Rationalisme is een masculiene benadering van maatschappelijke vraagstukken. Die aanpak is gehavend door allerlei incidenten. Het is tijd voor meer een meer feminie benadering, waarbij ethos en pathos meer gewicht in de schaal gaan leggen, zodat er een betere balans ontstaat.

Daar ben ik ook mee bezig in onze eigen organisatie. Toen ik kwam, was de top van de organisatie volledig samengesteld uit mannen. Nu hebben we een vrouwelijke substituuat en in de directie zijn ook meer vrouwen. Om geloofwaardig te zijn, moet je ook zelf handelen naar de waarden die je uitdraagt.'



Foto Jacqueline de Haas (Rotterdam)

Alex Brenninkmeijer is in 1951 in Amsterdam geboren. Hij studeerde aan de Rijksuniversiteit Groningen waar hij in 1976 zijn doctoraal examen in de studierichting Nederlands recht deed. In 1987 promoveerde hij aan de Universiteit van Tilburg op een onderzoek naar de betekenis van onafhankelijke rechtspraak in de democratische rechtsstaat.

Tot zijn benoeming als Nationale ombudsman was Alex Brenninkmeijer rechter bij verschillende rechterlijke colleges op het gebied van sociale zekerheid, ambtenarenrecht en belastingrecht. Zo was hij van 1995 tot 2002 vice-president bij de Centrale Raad van Beroep. In 1995 werd Alex Brenninkmeijer hoogleraar staats- en bestuursrecht bij de Universiteit Leiden. Vanaf 2003 was hij ook als hoogleraar verbonden aan de Albedaleerstoel voor arbeidsverhoudingen bij de overheid en ADR (Alternative Dispute Resolution). Daarnaast was hij redacteur van verschillende juridische bladen, zoals het Tijdschrift voor de Rechterlijke Macht TREMA en het Nederlands Juristenblad NJB, en is hij hoofdredacteur van het Handboek Mediation en het tijdschrift voor Conflictantering.

Alex Brenninkmeijer is voortrekker op het gebied van conflictbemiddeling en mediation. Hij heeft zich gespecialiseerd op het gebied van goede verhoudingen tussen burger en overheid, conflictanalyse en methoden van conflictoplossing.

Ombudsman opereert halverwege kloof politiek en burgers

Bindend oordeel na toetsing gemeentelijk handelen

Sinds 2005 is mevrouw Willy Kol ombudsman voor de stad Groningen en voor de gemeenten Ten Boer en De Marne. Ze behandelt klachten over zaken en personen waarvoor de gemeente verantwoordelijk is. Voor burgers die er met de gemeente niet meer uitkomen heeft ze oog en oor.

Behoorlijkheid

'De ombudsman opereert ergens halverwege de kloof tussen politiek en burgers,' zegt Willy Kol. 'Als gemeentelijk ombudsman ben ik onafhankelijk en onpartijdig, geen adviseur van de burger of van de gemeente. De klachten van burgers richten zich vooral op het college van B&W. Meer dan bij een commerciële organisatie verwachten mensen van een gemeente maatwerk in de dienstverlening. Wanneer situaties complexer worden is het voor burgers lastiger om zaken te regelen bij

problemen. De ombudsman toetst het handelen van de gemeente aan normen voor behoorlijk optreden. Toetsen van het gemeentelijk beleid is aan de gemeenteraad. Het eindoordeel van de ombudsman over de uitvoering van het gemeentelijk beleid is bindend: als de ombudsman de gemeente in het gelijk stelt, kan de klager niet in beroep bij de landelijke ombudsman.'

In *Ars Rhetorica* beschrijft Aristoteles de middelen van overtuiging: 'De overtuiging is duidelijk een soort van demonstratie, aangezien wij het meest helemaal overtuigd worden wanneer wij iets beschouwen dat gedemonstreerd wordt. Er zijn drie verschillende middelen van overtuiging door middel van het gesproken woord. [...] Overtuiging verkregen door de persoonlijkheid van de spreker, wanneer het gesprokene zo opgevoerd wordt dat het hem geloofwaardig maakt. [...] Ten tweede, kan overtuiging komen doordat de toeschouwer / toehoorder aangesproken wordt in zijn / haar emoties. [...] Ten derde, kan overtuiging verkregen worden door het gesprokene zelf, wanneer het geheel op waarheid is gebaseerd of er overtuigende argumenten worden gebruikt.'

Aristoteles noemt deze middelen van overtuiging ethos, pathos en logos.

- Ethos is het beroep dat de spreker doet op autoriteit om het publiek ervan te overtuigen dat hij of zij een gekwalificeerd spreker is. Dit kan op vele manieren gedaan worden: Door het zijn van een notabel persoon in het vakgebied, zoals een universiteitsprofessor of een directeur van een bedrijf dat zich specialiseert in het onderwerp. Door zelf belangen te hebben bij het onderwerp in kwestie, door erbij betrokken te zijn. Door het vertoon van een indrukwekkend redeneervermogen, zodat het publiek inziet dat

de spreker ter zake kundig is. Door beroep te doen op iemands ethiek of karakter.

- Pathos is een manier om de emoties van het publiek aan te spreken. Het kan in de vorm van metafoor, analogie, een hartstochtelijke weergave of zelfs een eenvoudige claim zijn dat een kwestie onrechtvaardig is. Het pathos kan bijzonder machtig zijn indien goed gebruikt, maar de meeste mondelinge toespraken steunen niet enkel op Pathos.
- Logos beroept zich op een logische redenering en het woord logica is daarvan afgeleid. Het wordt normaal gebruikt om feiten te beschrijven die het onderwerp van de spreker ondersteunen. Omdat gegevens moeilijk te manipuleren zijn, vooral indien ze uit een vertrouwde bron komen, zou logos cynische luisteraars kunnen overtuigen. Logos kan ook ethos versterken omdat de informatie de spreker kundig doet lijken. Nochtans kan men gegevens verwarren en daarmee kan het publiek dat ook doen. Logos kan ook onnauwkeurig en daardoor misleidend zijn. Wanneer alle drie middelen van overtuiging samen zijn gebruikt, kan een spreker of schrijver erg sterke argumenten creëren.

Bron: Wikipedia. http://nl.wikipedia.org/wiki/Middelen_van_overtuiging

'Een brief van de gemeente valt soms in positieve zin op. Een goede brief zou vanzelfsprekend moeten zijn.'

Versobering sociale zekerheid

In 2012 hebben 493 mensen een beroep gedaan op de ombudsman, een lichte toename in vergelijking met 2011 (466 klagers). De versobering van de sociale zekerheid kan een verklaring zijn voor de toename van het aantal klagers: na aanscherpingen van het beleid kan de sociale dienst minder betekenen voor bewoners. Verder is de gemeente Groningen sterk aan het reorganiseren en heeft daardoor volgens Willy Kol minder oog voor de bevolking. Ook bereiken haar veel klachten over de strenge aanpak van de Groningse Kredietbank. De nieuwe strengere regels voor de uitvoering van de Wet maatschappelijke ondersteuning zullen naar verwachting ook tot meer klachten leiden.

Vervlaking in e-mailtijdperk

'De gemeente Groningen hanteert bij schriftelijke verzoeken een termijn van 6 weken voor een reactie. Als deze toezegging regelmatig niet wordt gehaald, stel ik een onderzoek in. In dit e-mailtijdperk verliest de gemeente de zorgvuldigheid van de correspondentie wel eens uit het oog. Vervlaking van de communicatie ligt op de loer. Een brief van de gemeente behoort een document te zijn dat met aandacht is opgesteld. Dat geeft inwoners van de gemeente een basis om bezwaar aan te tekenen. Begrijpelijke schriftelijke communicatie van de gemeente blijft een aandachtspunt. Ik ben geen voorstander van formele brieven, wel van duidelijke brieven. De gemeente werkt vooral met standaardbrieven, maatwerk voor burgers in een specifieke situatie ontbreekt dan. Soms valt een goede brief van de gemeente in positieve zin op. Een goede brief zou eigenlijk vanzelfsprekend moeten zijn.'

Heeft de burger een kans?

'Meer dan 90 procent van de gemeentelijke dienstverlening verloopt goed, maar wanneer de persoonlijke situatie van mensen afwijkt van de standaard blijkt dienstverlening lastiger voor de gemeente. Bij de frontoffice van de gemeente zijn zwaarder gekwalificeerde medewerkers nodig, juist voor de specifiekere dienstverlening. Wanneer het klantcontactcentrum van de gemeente nog groter wordt, zoals de nu bedoeling is, is het voor de gemeente lastiger om maatwerk te leveren aan mensen.

Op mijn open spreekuur komen veel mensen die niet in staat zijn zelfstandig een klacht in te dienen. De bevolking weet de weg naar de ombudsman te vinden. Hulpverlenende organisaties verwijzen mensen ook door. Van de zaken die ik in behandeling neem is er in 60 tot 70 procent van de gevallen uiteindelijk sprake van verbeteringen in het handelen van de gemeente,' aldus Willy Kol.

Honden, fietsen en hoge bomen

De ombudsman zet vooral in op rechtstreekse communicatie met de gemeente en kan ambtenaren direct benaderen om hun kant van het verhaal te horen. 'Het gemeentelijk hondenbeleid is in Groningen een actueel thema. Het nieuwe beleid is een aanscherping van verplichtingen voor hondenbezitters. Een middag meelopen met een bijzondere opsporingsambtenaar bij de handhaving van het hondenbeleid en het fietsenbeleid bleek nuttig. In het winkelgebied stelde ik vast dat een bord met aanlijngedebod was aangebracht op vier meter hoogte.

Ombudsman

Een ombudsman of ombudsvrouw is een onpartijdige klachtbehandelaar die desgevraagd of ongevraagd onderzoek verricht naar de behoorlijkheid van gedragingen van overheden of van particuliere instellingen en bedrijven. Het woord ombudsman stamt uit het Zweeds, waarin het vertegenwoordiger betekent. Het eerste Zweedse gebruik dateert uit 1552.

Bron: wikipedia.nl

De verantwoordelijke manager heeft me uitgenodigd voor overleg met de ambtenaren.

Een ander voorbeeld: in het kader van het groenbeleid zijn bij de stadsuitbreiding snelgroeende bomen in jonge wijken aangeplant. Eenmaal volgroeid kunnen de bomen het woongenot van bewoners aantasten, blijkt uit aantoonbaar hogere stookkosten. Een heel ander aandachtspunt is de informatievoorziening via de gemeentelijke website en de zoekfunctie in het bijzonder. De gebruikersvriendelijkheid van de website en de toegankelijkheid van de informatie laten te wensen over. In mijn jaarverslag over 2012 besteed ik hieraan specifieke aandacht.'

Involed & resultaten (selectie)

- In 2012 zijn 14 rapporten uitgebracht over onderwerpen als inkomen en de leefomgeving. De ombudsman bestempelt een rapport als een zwaar middel. De gemeente deed zaken niet goed, er was sprake van systeemfouten. De gemeente heeft beterschap beloofd.
- Uitspreken van het oordeel Onbehoorlijk over de bejegening van een burger door het college in 2012.

Willy Kol



Zorg dat je erbij bent...

Globalisering is een woord dat voor mij pas echt betekenis kreeg gedurende de rumoerige protesten in september 2000. Protesten tegen mondiaal kapitalisme, voortkomend uit de overtuiging dat multinationale bedrijven de macht hebben, dat volksvertegenwoordigers niet naar je luisteren, dat multinationals eenenvijftig van de honderd grootste economieën in handen hebben en er slechts negenenveertig worden gevormd door nationale staten.

Die maand vergaderden het Internationaal Monetair Fonds (IMF) en de Wereldbank in Praag. 'Zorg dat je erbij bent...', luidde de boodschap die vooraf razendsnel per internet door de wereld ging. Hij was gericht aan oud-strijders van voorgaande demonstraties in Seattle (november 1999), steden als Melbourne, Londen en vele andere. Demonstraties gericht tegen vertegenwoordigers van het kapitalisme. De demonstranten kwamen deze keer naar Praag.



Globalisering is voor mij tegelijkertijd verbonden met de in die tijd nog zeer jeugdige Britse econome Noreena Hertz (1967) en haar boek *De stille overname*. Terwijl ik tijdens de anti-globaliseringsdemonstraties nog spijtig naar mijn tv-scherm staarde, mezelf ervan overtuigend dat ik daar aanwezig had moeten zijn, leerde ik door het boek van de jonge professor, adjunct-directeur van de universiteit van Cambridge en actievoerster, anders naar dat woord te kijken.

Nieuwe economische visie

Ik begon haar boek te lezen samen met een vrouw die toen al veertien jaar een weduwenproject in Kenia begeleidde. Mijn leesmaatje probeerde al jaren vanuit een nieuwe economische visie Keniaanse weduwen uit hun armoede op eigen benen te zetten. In haar theologiastudie tijdens de jaren tachtig had ze veel over economie geleerd. Een vorm van economie die haaks stond op het toen opkomende wereldwijde kapitalisme. Het oude kapitalisme is erop gericht om zo veel mogelijk belemmeringen voor de wereldwijde vrijhandel weg te nemen. In die globalisering van vrijhandel is het de bedoeling dat kapitaalstromen en hun bewegingsvrijheid voorop staan. Die globalisering trekt

zich niets aan van wat kapitaalstromen met mensen doen die voor hun voedsel, werk, onderkomen en scholing van hun kinderen van geldstromen afhankelijk zijn (Stiglitz). Mijn leesmaatje probeerde al jaren vanuit een nieuwe economische visie Keniaanse weduwen uit hun armoede op eigen benen te zetten.

Wereldwijd bleef het geweld dat gepaard ging met de anti-globaliseringsdemonstraties, degenen die zich tegelijkertijd verwant voelden met die beweging, een doorn in het oog. Waarom ik me verwant voelde met de demonstranten? Omdat ik al meer dan een decennium het gevoel had dat de vrouwenbeweging waarin ik mij vanaf de jaren zeventig bewoog, hoegenaamd geen of in elk geval te weinig stelling nam tegenover het om zich heen grijpende wereldkapitalisme.



Elizabeth (I)

Vanuit die onvrede besloot ik in 2007 een onderzoek te beginnen naar het Keniaanse weduwenproject dat ik al vanaf 1988 volgde. Daar groeide een vorm van economische ontwikkeling en zelfstandigheid van de honderden weduwen met hun kinderen, die in samenwerking met de donateurs en de vrijwilligers in Nederland mogelijkheden lieten zien van een andere globalisering. Een globalisering waarin mensen zich elkaars bestaan en ontwikkeling aantrekken. Een globalisering waarin de humane kant van het verschijnsel uitgangspunt is.

Weduwenproject

Het specifieke van het project is, dat jonge weduwen door hun schoonfamilies worden verstoten als ze weigeren zich te laten vererven aan een zwager, zoals de traditie van het Luo volk in Kenia voorschrijft. Tijdens dat

onderzoek deed ik een belangrijke ontdekking. In 2008 interviewde ik een jonge kokkin van het *guesthouse*. Zij werkte als gehuwde, derde vrouw van een polygame man voor het weduwenproject. Het *guesthouse* moest een gediplomeerde kokkin aanstellen. Die was niet te vinden onder de weduwen, want in die afgelegen streek heeft een vrouw zo goed als nooit een beroepsopleiding gehad. Luo meisjes worden jong uitgehuwelijkt en zijn daarna het bezit van de schoonfamilie die niet in hen investeren. Kinderen baren en op het land van de schoonfamilie werken is haar taak.

Koksopleiding als bruidsschat

Elizabeth was nog geen dertig en was moeder van vier kinderen en de derde vrouw van een polygame man. Echter, toen haar vader jaren geleden met de echtgenoot onderhandelde over de bruidsprijs had de vader gevraagd waarnaar de dochter verlangde: geen vee, maar een koksopleiding. Ze wilde werken aan haar eigen toekomst. Ze ging naar het internaat van de zusters Franciscanessen in Lwak aan de oever van het Victoriameer en haalde haar diploma. Bij het *guesthouse* verdiende ze haar eigen inkomen.

Dat meisje is vanaf die dag in haar afgelegen dorp vanuit de besluiten van de vierde Wereldvrouwenconferentie gaan leven.

Ik vroeg haar hoe het kwam dat ze zo goed voor zichzelf kon opkomen. Ze vertelde: 'Op de middelbare school vertelden mijn onderwijzers (m/v) mij dat wij vrouwen in de toekomst evenveel macht zouden hebben als de mannen. Als mannen ons dan zouden mishandelen, konden wij naar de politie gaan en de mannen zouden in de gevangenis komen. Vrouwen zouden gelijke rechten krijgen. Onze onderwijzers hadden gehoord dat dit besloten was op de Wereldvrouwenconferentie die dat jaar, in 1995, in Beijing werd gehouden. Ze vertelden ons dat ons leven totaal zou veranderen.'

Ik stond perplex. Ik was toen, in dat jaar in Beijing in de schaduwconferentie van de vierde Wereldvrouwenconferentie (WVC). En op dat moment, dertien jaar later, vertelt een jonge vrouw in Kenia mij wat die conferentie bij haar persoonlijk teweeg heeft

gebracht, in het leven van een meisje van zeventien in het Keniaanse achterland. Dat meisje Elizabeth is vanaf die dag in haar afgelegen dorp vanuit de besluiten van de vierde WVC gaan leven.

Schaduwconferentie

De gelijke rechten die haar waren beloofd, zijn in 2010 met de komst van de nieuwe grondwet in Kenia realiteit geworden. Vrouwen hebben voor de wet gelijke rechten als mannen en de vrouwenorganisaties in haar land die belang hechten aan die rechten, zetten zich ervoor in dat ze politiek ook worden gerealiseerd. Het zijn precies deze rechten, daarvan ben ik me sindsdien ook weer bewust, waarvoor een organisatie als de VVAO - evenals vele anderen vrouwenorganisaties die internationale relaties hebben -, zich inzet. De VVAO doet dit via de IFUW (International Federation of University Women). De IFUW heeft een consultatieve status bij de Verenigde Naties. De IFUW geeft de VN gevraagd en ongevraagd advies en kritiek over de positie van vrouwen. Vrouwen wereldwijd. Ook over de positie van vrouwen in Kenia. Van het effect ben ik getuige geweest.



Sieth Delhaas (afdeling Deventer) is journaliste en cultuurhistorica.

V·V·A·O·

LUSTRUM

Noteer nu vast in je agenda!

Zaterdag
9 november 2013

Lustrum van de VVAO!

Wie gun jij een jaar VVAO?

Dat betekent: meedoen met de internationale, landelijke en afdelingsbijeenkomsten, maandelijks de Nieuwsflits, toegang tot de LifeLongLearning workshops tegen ledentarief, drie keer per jaar het VVAO Magazine én de mogelijkheid om het VVAO Lustrum in november te bezoeken.

Wat een prachtig cadeau voor iets meer dan € 70,00!





De invloed van *voeding* op ons lichaam en onze gezondheid

We weten allemaal dat ons lichaam voldoende vitaminen, mineralen en andere voedingsstoffen nodig heeft. Als je al deze stoffen in tabletten zou stoppen blijf je inderdaad leven. Maar ben je dan ook gezond? Wanneer ben je gezond? Veel mensen zien gezondheid als de afwezigheid van ziekte. Maar dat is het niet, want het maakt van gezondheid iets dat het tegengestelde is van iets anders. Niet iets dat op zichzelf staat. Er is wel degelijk een definitie voor gezondheid te bedenken. Gezondheid is een toestand van volledig lichamelijk, geestelijk en maatschappelijk welzijn. Zo wordt het door de *Wereld Gezondheidsorganisatie (WHO)* omschreven. Dat is nog al wat, want hier lopen begrippen als welzijn, geluk en gezondheid door elkaar heen.

De natuurelementen aarde, water, vuur, lucht en ruimte vormen de basis van de ayurveda.

Goede voeding is een belangrijke sleutel voor gezondheid. Gedurende duizenden jaren hebben talloze artsen geobserveerd welke effecten welke voedingsmiddelen op welke patiënten hebben. Deze kennis is vastgelegd in de ayurvedische voedingsleer. Dit is onderdeel van de Ayurveda, een vijfduizendjarige oude medische wetenschap uit India waarin de logica een belangrijke rol speelt. Ayurveda betekent letterlijk 'kennis van het leven'. Deze door de WHO erkende geneeswijze helpt je om jezelf te begrijpen.

Leven in balans

De natuurelementen aarde, water, vuur, lucht en ruimte vormen de basis van de ayurveda. De hele schepping: het universum, het lichaam en zelfs het innerlijk leven, is onderhevig aan het principe van deze vijf elementen. Ieder mens wordt geboren met een bepaalde basisverhouding van de natuurelementen (vergelijkbaar met onze genetische aanleg). Deze verhouding balanceert levenslang in een uiterst labiel evenwicht, waarin ieder moment kleine of grotere veranderingen optreden. Slechte gewoontes, stress, onderdrukte emoties, slechte voeding, teveel werk en een onstabiele gezinssituatie doen allemaal een aanslag op dit labiele evenwicht. Als die elementen binnen in ons uit balans raken, krijgen we gezondheidsproblemen. De juiste voeding helpt je om in balans te komen en te blijven. Iemand die in balans is herkent je aan zijn levendigheid, creativiteit, energie en stabiliteit.

Gezondheidsproblemen beginnen met kleine lichamelijke ongemakken zoals flatulentie, maagzuur of een zwaar gevoel in de maag na een maaltijd. Als hier niet adequaat op gereageerd wordt, komen er andere klachten zoals obstipatie, droge huid, ontstekingen of gewichtstoename. Als deze klachten ook genegeerd worden kunnen er ziektes ontstaan. Psychisch is een onbalans ook te herkennen. Je kunt zenuwachtig of angstig worden, geïrriteerd raken of bijvoorbeeld moeilijk te motiveren of depressief.

Holistische visie

De oude kennis en wijsheid omtrent voeding zijn we in het westen deels kwijt geraakt. De industriële revolutie maakte dat we ook de mens als machine bekeken. Het hart is de motor, het bloed zorgt voor transport en voedsel is de brandstof. Voedsel is opgedeeld in vitaminen, mine-



ralen, vetten, koolhydraten enz. waarbij steeds minder belangrijk werd hoe we aan deze voedingsstoffen komen. Volgens de ayurveda is deze kennis essentieel. Het maakt wel degelijk verschil of je koolhydraten uit tarwe of uit rogge haalt of vitamine C uit een sinaasappel of een appel.

De ayurveda benadert de mens holistisch. Er wordt niet alleen naar een klacht gekeken, maar naar zoveel mogelijk lichamelijke, sociale en psychische aspecten rondom de persoon. Dit maakt ook dat veel 'vage klachten' door de ayurveda wel verklaard en verholpen kunnen worden. Er is geen 1 op 1 vertaalslag tussen klacht en vorm van onbalans. Een klacht zoals hoofdpijn kan vele oorzaken hebben. Er moet dus precies uitgezocht worden waar de onbalans zit. Dan pas kan behandeling plaatsvinden.

Voeding

Het uitgangspunt van de ayurvedische voedingsleer is dat je vitaliteit en evenwicht in stand houdt en indien nodig herstelt door de soorten voedsel te eten die goed voor jou zijn. Om te bepalen welk voedsel goed voor iemand is wordt er naar verschillende eigenschappen van het voedsel gekeken.

1. De smaak zoals je die ervaart: zoet, zuur, zout, bitter, wrang, scherp
2. Het langetermijneffect van de smaak. Deze smaak proef je niet, maar is een gevolg van de spijsvertering.
3. De energie of kracht die een voedingsstof bezit. Deze wordt bekeken aan de hand van 20 eigenschappen zoals heet/koud, vloeibaar/vast en zwaar/licht.
4. De specifieke farmacologische werking op een plek in het lichaam. In veel gevallen is dit miniem.

Door de eigenschappen van voedsel naast de behoeftes van iemand te houden weet je of een bepaalde voedingsstof iemand meer in balans brengt of juist niet. Als je toch graag iets eet dat eigenlijk niet zo goed voor je is, is het verstandig om er iets bij te eten dat tegenovergestelde eigenschappen heeft zodat het effect geneutraliseerd wordt.

Voorbeelden:

- Bij verhitting (bv. boosheid, een vergadering waarvan je weet dat je je gaat ergeren) kun je iets eten of drinken waardoor je verkoelt. Dit kan een salade zijn, maar ook een verkoelende thee, tussendoortje of fruit met de juiste eigenschappen. Je kunt op zo'n moment beter geen pittige maaltijd nemen.
- Het lichaam reageert ook verschillend op de seizoenen en vooral de wisseling tussen de seizoenen. 's Zomers hebben we meer behoefte aan salades en 's winters vaker stampotten.
- Indien je onregelmatig werk hebt, terwijl jouw lichaam juist behoefte aan structuur heeft, kun je de onbalans beperken door bij jou passend voedsel te eten.

Spijvertering

Minstens zo belangrijk is de spijsvertering. Ook die is bij iedereen anders. Dat blijkt al uit de verschillende reacties bij het overslaan van een maaltijd. Sommige mensen worden rusteloos, anderen geïrriteerd en er zijn ook mensen die daar helemaal geen last van hebben.

Het voedsel moet goed verteerd en opgenomen worden, omdat er anders afvalstoffen in het lichaam achterblijven die uiteindelijk weer de oorzaak van ziekte kunnen zijn. De volgende aandachtspunten dragen bij aan een goede spijsvertering:

- Mentale houding (genieten van de maaltijd)
- Gezelschap (eet in plezierig gezelschap)
- Aandacht (met aandacht eten, niet ondertussen wat anders doen)
- Kwaliteit van voedsel (zo min mogelijk chemische verontreiniging)
- Voedselcombinaties (sommige combinaties gaan niet goed samen)
- Hoeveelheid voedsel (grootte van maaltijd)
- Manier van eten (goed kauwen, driemaal per dag eten, korte wandeling na de maaltijd)

Gekookt voedsel is makkelijker te verteren dan rauwkost. Door kruiden en specerijen aan het voedsel toe te voegen worden de enzymen die door het koken verloren zijn gegaan gecompenseerd.

De spijsvertering kan eenvoudig versterkt worden door gemberthee (van gemberwortel) voor de maaltijd te drinken en een klein stukje bittere chocolade na de maaltijd te eten. Soms is het nodig om met specifieke kruidentheeën de lever, darmen of nieren te versterken.

Resultaat

Door de adviezen die je aanspreken stap voor stap door te voeren ga je je lichaam steeds beter begrijpen. Ook leer je dan met voeding in te spelen op je lichaam, bijvoorbeeld als je 'opgebrand' bent, niet voor die tv weg te krijgen bent of veel onrust ervaart.

Doordat zo de balans herstelt, zullen klachten langzamerhand verdwijnen. Het kost het lichaam zo'n zes weken om aan een nieuw voedingspatroon te wennen. Daarom is het belangrijk dat je gemotiveerd bent en geduld hebt. De tijdsspanne waarin een klacht vermindert of zelfs verdwijnt, is afhankelijk van de klacht en hoe snel je veranderingen kunt of wilt aanbrengen. Zo valt bij obstipatie vrij snel verbetering te verwachten, terwijl voor gewrichtsklachten meer geduld nodig is.

Praktijkvoorbeelden

De meeste mensen komen bij mij, omdat ze meerdere klachten hebben die in het reguliere circuit door verschillende artsen behandeld worden, maar niet verholpen. Of omdat ze aanvoelen dat voeding toch wel erg belangrijk is en willen weten welke voeding nu bij hen past.

Ik ga altijd op zoek naar de onbalans in de natuurelementen. Dit doe ik door veel vragen over de klacht, over de voeding, uiterlijk, gedrag en dergelijke te stellen. Ook voer ik een pols- en tongdiagnose uit. Op basis van deze gegevens worden stapsgewijs in onderling overleg aanpassingen doorgevoerd. Aanpassingen in de voeding kunnen te maken hebben met voedselcombinaties, of adviezen over welke groenten, fruit, granen, zuivel enz.

• *Slaapproblemen*

Kruidenthee en een wijziging in haar dagritme hebben er voor gezorgd dat deze mevrouw geen slaappillen meer nodig heeft.

• *Longproblemen*

Bij astma, COPD, vaak longontsteking en dergelijke geeft goede voeding en een kruidenpreparaat veel verlichting. Soms heeft iemand dan ook minder medicijnen nodig. Overigens ga ik hier niet over; dit bespreekt de patiënt met haar arts.

• *Problemen als gevolg van onverwerkte emoties*

Een patiënt dacht het verleden toch echt wel afgesloten te hebben. Maar het lichaam is trager dan de geest. Winderigheid en obstipatie kunnen het gevolg zijn. En darmreiniging werkte hier perfect. Problemen uit het verleden werden echt afgesloten; de patiënt werd er niet meer door geraakt.

• *Gewrichtsklachten*

Bij een patiënt lag er een relatie tussen de jarenlange klachten en emotionele problemen die speelden. Doordat de patiënt dit zelf zag, kon het probleem van meerdere kanten aangepakt worden. Met voeding maar vooral de leefstijl was hier het belangrijkste. Emotionele problemen werden uitgepraat, de sporten aangepast. Vooral hierdoor was de patiënt binnen enkele maanden klachtenvrij.

Geluk en gezondheid zijn bij de meeste mensen sterk aan elkaar gekoppeld. De juiste voeding is essentieel voor een goede gezondheid en draagt zo dus bij aan jouw geluk.



Tanja Collins is lid van de afdeling Den Bosch en is eigenaar van Dhatu, praktijk voor natuurgeneeskunde, www.dhatu.eu, info@dhatu.eu, tel. 073 6569871

Ayurveda

Ayurveda kwam in mijn leven door een vriendin. Zij heeft de ayurveda grondig bestudeerd en leeft ernaar. Ze vertelde me wat volgens haar mijn type (dosha), is maar liet het definitieve oordeel graag over aan een arts. Ik raakte door haar enthousiaste verhalen geïnteresseerd en verwoegde me na verloop van tijd bij een ayurvedische arts om mijn pols te laten voelen. En inderdaad mijn dosha's zijn vata (lucht/ether) en kapha (water/aarde) zoals mijn vriendin al had vastgesteld.

De dokter vertelde me dat mijn vata te hoog was. Dat verbaasde me niet, want ik had een baan die heel veel van mij vergde, waar ik dag en nacht mee bezig was. Het was dus zaak mijn vata terug te brengen.

Ik kreeg een lijst mee met aanbevolen te beperken en te vermijden voedsel. Het was fijn om te weten dat ik beter kolen en spruitjes kon vermijden. Dat had ik mijn hele leven al intuïtief gedaan maar fijn om daar nu echt een excuus voor te hebben. Verder kreeg ik een aantal busjes mee met voedingssupplementen, maar die heb ik laten staan. Het staat me tegen voedingssupplementen te gebruiken als je je gezond voelt. Misschien moet ik die drempel nog over.

Mijn eet- en levenspatroon is veranderd. Ik ben hele andere dingen gaan eten en ik leef bewuster. Iedere ochtend eet ik een paar amandelen en wat gedroogde abrikozen. De aanbevolen havermost (brr) laat ik toch maar graag staan.

Ik eet nu zoveel mogelijk tussen de middag warm. Ayurveda adviseert het hoofdmaal tussen twaalf en twee 's middags te nuttigen. Warm eten met de lunch is echt wat voor mij. Ik vind dat, als ik in Frankrijk of Italië ben, ook zo fijn.

In het begin nam ik iedere dag eten mee naar mijn werk, wat ik daar opwarmde (helaas in de magnetron). Er bleken meer collega's tussen de middag warm te eten. Dat had ik nooit eerder gezien. Ik heb het helaas niet volgehouden, omdat mijn werk zich daar niet toe leende. Maar zodra ik vrij was of thuis kon werken verplaatste ik het hoofdmaal direct naar de middag.

Ik probeer zoveel mogelijk volgens mijn dosha's te eten. Dat is niet altijd even makkelijk, omdat mijn man een echte pitta is. Maar in de loop van de tijd hebben we onze weg erin gevonden.

Ayurveda is niet per se vegetarisch. Maar na een tijdje ayurvedisch te eten, heb ik ervoor gekozen om thuis geen vlees meer te eten. Wel eet ik zo nu en dan verse vis. Buiten de deur laat ik me door vrienden graag verrassen met een stukje vlees.

Het is fijn dat ayurveda alleen maar aanbeveelt en niet verbiedt, dus schuldgevoel hoeft je niet te hebben als je je niet houdt aan je aanbevolen lijst. Ayurveda gaat ervan uit dat je voor 80 procent leeft volgens de levenswijze van ayurveda en dat je voor 20 procent tegen de aanbevelingen mag ingaan. Dat is een mooie regel waar ik me graag aan houd.



Ayurveda is niet alleen eten volgens jouw dosha's. Ayurveda heeft een holistische kijk op het lichaam. Het gaat om de totale gezondheid van lichaam en geest. Ayurveda is zowel gericht op preventie als op genezing met de nadruk op preventie. Dat betekent niet alleen gezond eten, volgens je dosha's maar ook een bewuster leven leiden.

Bewuster leven betekent niet alleen meer aandacht voor het lichaam, maar ook voor de geest.

In deze periode ben ik begonnen met yoga. Het is goed voor alle dosha's, maar zeker voor een vata uit balans. Ik ga twee keer per week naar yoga. Liefst zou ik het ook thuis doen maar daar ontbreekt me de discipline voor. Later ben ik ook gaan mediteren: vipassana-meditatie.

Nu nog een pancha karma, een volledige lichaamsreiniging, gericht op ontgifting van het lichaam. Ik zie er tegen op, omdat ik weet dat het goed voor me is, maar het is ook zwaar. Het zal er zeker een keer van komen.

Wat heeft het mij gebracht?

Ik leef bewuster, heb meer aandacht voor het welzijn van mijn lichaam en mijn geest. Ik ben bewuster van wat ik eet. Daardoor is mijn vata minder hoog. Dat is goed voor de balans in mijn lichaam. Ik voel me veel fitter, allerlei lichamelijke klachten zijn verdwenen. Een wetenschap die al meer dan 3000 jaar bestaat en waar ik een heel klein stukje van heb mogen ontdekken, heeft mijn leven verrijkt.



Marianne Thomassen is lid van de afdeling Amsterdam.

V.V.A.O.

Wetenswaardigheden

Topdocent 2013

Cultuurhistorica Llewellyn Bogaers (afdeling Utrecht) is benoemd tot topdocent 2013 van HOVO Utrecht. De HOVO (Hoger Onderwijs voor Ouderen) verzorgt lezingen en cursussen op academisch niveau voor belangstellende vijftigplussers. Llewellyn geeft er al vanaf 2010 de cursus 'Het dagelijks leven in laatmiddeleeuws Utrecht'. En een serie rondleidingen: 'De schoonheid van middeleeuws Utrecht'. Uitgangspunt voor beide cursussen is haar proefschrift Aards, betrokken en zelfbewust uit 2008. Het is een verslag van fijnmazig onderzoek naar de verwevenheid van cultuur en religie in laatmiddeleeuws Utrecht. Zij krijgt de eretitel van topdocent, omdat haar cursussen altijd voltekend zijn en door de cursisten als uitstekend geëvalueerd worden. Llewellyn is hier blij mee: 'Het is een eer om docent van het jaar te zijn. Het is een erkenning van mijn kwaliteiten en in die zin ook een kroon op mijn werk.'

Llewellyn is een geliefd docent door haar levendige manier van lesgeven. Ze spreekt gepassioneerd, belicht een onderwerp van allerlei kanten, vuurt vragen af op haar cursisten, bespreekt afbeeldingen met hen en discussieert over stellingen. Zo raken mensen betrokken bij het onderwerp, wat zich uit in levendige discussies, ook in de pauzes. 'Als ik dit geroezemoes hoor, weet ik dat het goed zit, dat de stroom op gang gekomen is'. 'Mensen trekken zelf lijnen door naar nu, reflecteren over het geschiedbeeld dat we met de paplepel ingekregen hebben, en zo wordt het verleden levendig.' Precies wat zij beoogt met haar bureau Levend Verleden Utrecht: 'Mensen laten voelen hoe het verleden doorwerkt in het heden en wat wij van het verleden kunnen leren'.

Haar bronnenonderzoek naar de armenzorg heeft tot verrassend nieuwe inzichten geleid

Voor haar doctoraalscriptie deed Llewellyn onderzoek naar het dagelijks leven op straat. 'Ik was verbijsterd toen ik over allerlei rituelen las waar ik nog nooit van gehoord had met intrigerende namen als St. Pauli bekeringe en St. Maartens schuddekorfdag. Ook had ik geen idee dat de buurten hier ieder hun eigen Vastenavondrituelen hadden en dat nagenoeg alle grote jaarfeesten hier groots gevierd werden. Ik vroeg me af waarom we dat niet weten. En zo is mijn studie ontstaan naar het dagelijks leven in de late middeleeuwen, de achtergronden van de reformatie en ons denken hierover'.

Met name haar bronnenonderzoek naar de armenzorg heeft tot verrassend nieuwe inzichten geleid. 'Ons geschiedbeeld is sterk bepaald door literaire bronnen, er wordt relatief weinig archiefonderzoek gedaan. Uit mijn onderzoek bleek, heel anders dan wij leren, dat armenzorginstellingen gedragen werden door burgers. Overheid en kerk deden daar uit zichzelf niets aan, het was een zaak van particulier initiatief en onderlinge betrokkenheid.'

Dit onderzoek vormt de basis voor haar huidige werkterrein: een analyse van 500 jaar barmhartigheid in Nederland, in het kader van Refo500, 500 jaar reformatie. In het najaar verschijnt een nieuw boek van haar hand: 'Burgerschap en barmhartigheid in Nederlands perspectief'. In het voorjaar van 2014 vormt deze vraagstelling de basis voor een nieuwe cursus bij HOVO Utrecht. Een uiterst actueel onderwerp nu de burger steeds meer verantwoordelijkheid krijgt voor zijn eigen welzijn en dat van zijn naasten.

Over haar drijfveren zegt zij: 'Ik wil sociale, religieuze en interculturele ontwikkelingen begrijpen. Dat kan niet zonder inzicht in de politieke, institutionele en sociaal-economische ontwikkelingen, maar toch is voor mij de menselijke maat steeds weer de graadmeter. Hoe gaan mensen met elkaar om en met 'de andere ander'? Welke rol speelt macht? Daarom richt ik mij in mijn onderzoek op omslagpunten en frictiemomenten, omdat zij bij uitstek informatie geven over wat mensen echt beweegt. In mijn lezingen, rondleidingen en cursussen nodig ik mensen uit om daarover na te denken.'

Voor meer informatie over Llewellyn Bogaers:
www.levendverledenutrecht.nl



Verslag tweede bijeenkomst Landelijke ZZZP-groep VVAO

Vrijdag 18 januari 2013 vond in een mooie ambiance in Utrecht de tweede bijeenkomst van de ondernemers van de VVAO plaats. De aanmelding verliep voorspoedig: er waren deelnemers uit heel het land gekomen. Het gezelschap bestond voor een groot deel uit ondernemers met 'soft targets', maar we hadden ook een jurist in ons midden die zakelijk zeer succesvol is! Onderwijskundigen en theologen en ander soort ZZZP'ers/ondernemers waren er ook.

Het thema van deze keer was: 'Elkaar inspireren in ondernemerskwaliteiten'. Vooraf was gevraagd na te denken over je specifieke ondernemerskwaliteiten en over de kwaliteiten waarin je jezelf nog meer kunt ontwikkelen.

Onder leiding van Marijn Toussaint en Brenda Reyerse werd er eerst ondernemersnieuws uitgewisseld. Marijn vroeg de groep onder andere: 'Wat gun je jezelf dit jaar vooral?'

Men gaf als antwoorden: 'rust' en 'energie'. Niemand zei 'geld'. Toen ik dat als mogelijkheid opperde, wilde men wel mee gaan: oké, geld verdienen, genoeg geld verdienen... oké.

Later volgde er een korte inleiding op ondernemerschap, er werd ingegaan op het soort ondernemer dat je bent. Ben je meer een zelfstandige professional of een ondernemer? Op basis van gegevens van de Kamer van Koophandel werd ingegaan op wat kenmerken zijn van ondernemerschap, namelijk:

- investeren in je bedrijf of bureau
- een gat in de markt zoeken ten aanzien van je dienst of product
- een langetermijnvisie hebben op je dienst of product
- actief aan acquisitie doen, netwerken en marketing inzetten

Er ontstond snel discussie over 'de woorden' en de betekenis daarvan, maar daarvoor zijn we ook hoger opgeleide vrouwen, natuurlijk! De kern van het onderwerp was dat je je moet realiseren dat er veel concurrentie is op de markt van 'zelfstandige professionals' zeker voor coaches, trainers en projectmanagement en dat het dus belangrijk is goed te focussen op je dienst, doelgroep, sector. Stel jezelf de vraag: 'Hoe hoog is mijn ondernemersgehalte als professional en welke kennis en vaardigheden beheers ik om een succesvolle ondernemer te kunnen zijn, te kunnen worden?'

Het grootste blok van de middag werd gevuld met de interactieve uitwisseling in groepjes van twee of drie vrouwen die hun ondernemerskwaliteiten bespraken. Het laatste uur van onze bijeenkomst was het tijd voor de borrel, de witte wijn was heerlijk en de hapjes overvloedig, men stond er gezellig bij en nam vrolijk afscheid rond 18 uur.

Bij de terugkoppeling kwam onder andere duidelijk naar voren dat de deelnemers het prettig vinden een 'dubbele' overeenkomst te hebben, namelijk VVAO-lid (dus hoger opgeleid) en ook ZZZP'er te zijn. Het was erg leuk te zien dat het doel: 'ondernemers een platform geven om met elkaar ondernemerszaken uit te wisselen en elkaar te versterken' echt

werkt! De deelnemers raken heel gemakkelijk met elkaar in gesprek dankzij de gekozen werkvormen en je voelt het echt bruisen. Het is dan ook niet voor niets dat de deelnemers bij de evaluatie het woord 'inspiratie' het meest noemden om de sfeer aan te geven die zij ervoeren.

In de regio Rotterdam (Joke Tacoma) is een intervisiegroep gevormd voor ondernemers en een VVAO-ondernemer uit het Zuiden en ik gaan mogelijk gezamenlijk een aanbod ontwikkelen. Kortom: er is beweging in de VVAO!

Zijn er binnen de VVAO marketingdeskundigen die als ondernemer werken, hun eigen bureau hebben? Sluit je aan, want wij willen graag een divers gezelschap zijn. Zo kunnen we het win-winprincipe het beste vormgeven!

Uit de korte schriftelijke evaluatie die altijd aan het einde van de bijeenkomst wordt gehouden, bleek uit wensen van de deelnemers dat men thema's als personal branding, acquisitie, en presentatievaardigheden (zoals TED) graag de volgende keer (april 2013) wil behandelen.

Onze LinkedIn groep 'Landelijke ZZZP-groep VVAO' heeft inmiddels 53 deelnemers. Het is de bedoeling via deze groep vooral met elkaar te communiceren over alles wat met je ondernemerschap te maken heeft: geef elkaar advies, tips, stel vragen: zakelijke win-win op basis van goede contacten met elkaar, daar gaat het om bij de Landelijke ZZZP-groep VVAO. Volg de ontwikkelingen van onze ondernemersgroep via: De Nieuwsflits, Convocaten, LinkedIn VVAO en de Landelijke ZZZP-groep VVAO, waarvoor je je kunt opgeven door aanmelding bij mij: b.reyerse@pezotrainingadvies.nl. Binnenkort volgt nieuwe informatie over de derde bijeenkomst die op 19 of 26 april 2013 gehouden wordt.

Brenda Reyerse
Initiatiefnemer en organisator Landelijke ZZZP-groep VVAO



Op de tafel van overvloed: Een avondje VVAO-research

Wat is de overeenkomst tussen een archeologe, een sieradenmaakster, een conflictmanager en een ayurvedische voedingsdeskundige? Geen, zou je zeggen. Maar niets is minder waar: ze zijn allemaal lid van de VVAO Nederland. In IJsselstein kwamen ze bij Francine ten Hoedt op een februariavond bij elkaar voor een zogenaamde 'Tafel van Overvloed'. Twaalf vrouwen van verschillende afdelingen en uit allerlei disciplines maar met wel één passie: de passie voor hun werk of (al dan niet uit de hand gelopen) hobby.

De passie spatte er vanaf en dat heeft veel inspiratie gegeven. In de huidige tijd van economische crisis bleek maar weer eens dat delen rijk maakt en geld veel minder belangrijk is dan de waarde van kennis en inspiratie. Alle aanwezigen brachten iets van zichzelf in de groep en door dit te delen vermenigvuldigde de passie alleen nog maar meer.

Het verhaal van de jonge **Veronika**, die naast haar tandarts-zijn ook het idee kreeg om naalden niet alleen in de mond te plaatsen om patiënten te verdoven, maar ook bijvoorbeeld in het oor en op de handen. Acupunctuur dus, om mensen zich beter te laten voelen of om een pijn te verzachten of hen af te helpen van slapeloosheid. Ze deelde folders uit van haar recent gestarte praktijk in Utrecht en bood een behandeling aan.

Wendela vertelt vol passie over de gongs die zij gebruikt in haar muziekworkshops 'Klank, beweging, spel en improvisatie'. De bronzen gongs zijn gemaakt door de Duitse musicus/smid Manfred Bleffert. Om de bijzondere klank van de gongs te laten horen speelde Wendela een korte improvisatie: de groep VVAO-vrouwen luisterde ademloos. Helaas was de tijd te kort om met alle aanwezigen op de gongs te spelen. Een volgende keer?

De ervaringen van **Yolande** die na een carrière als dierenarts ineens ontdekte dat ze ook met zilver en goud sieraden wilde en kon maken. En wat voor sieraden! Geweldige vormen, kleuren en objecten om ook echt te dragen.

Llewellyn die in eigen beheer een dik boek het levenslicht liet zien over Levend verleden, een pleidooi om de link met het verleden ook hier en nu te laten ervaren. Zij organiseert ook lezingen bij de HOVO (Hoger Onderwijs voor Ouderen) hierover. In het najaar zal een begin worden gemaakt met de conferentie Burgerschap en barmhartigheid. Daarin zal aangetoond worden dat de mensen vroeger al elkaar op lokaal niveau hielpen, *naboerschap* bestaat al heel lang.

En dan **Ingrid**, die ons alles kan vertellen over onder andere Chinees porselein en ook de *past en present* aan elkaar kan knopen op een ludieke manier. Histo-tainment noemt ze het zelf. Met haar Brabantse flair organiseert zij workshops waarin haar achtergrond als historica en haar passie voor creativiteit samenkomen.

Ine die al veel publicaties heeft laten verschijnen, vertelde over het ontstaan van een boek over ouderwordende ouders, en de problemen en vragen die dit met zich mee kan brengen. Verder geeft ze workshops over creatief schrijven. Ze wil graag dat anderen leren van haar eigen ervaringen, dit is een centraal uitgangspunt in haar leven. Schrijven kwam trouwens veel voor tijdens onze passievolle uitruilavond:

Susan die haar dissertatie over Marokkaanse jongeren en de Islam omzette in een zeer leesbaar boek. Zij geeft graag lezingen over haar onderzoek. Uit de reacties van de tafelgenoten putte zij veel inspiratie om dit weer wat vaker te gaan doen.

Dineke kwam met een nieuw begrip op de proppen: gastvrijheidszorg: een systeem zoals de toekenning van Michelinsterren maar dan voor zorginstellingen en verpleeghuizen. Landelijk wordt elk jaar een gids uitgegeven met alle behaalde sterren. Hoe meer sterren hoe hoger een instelling op de ranglijst staat. Zo kun je als kind een betere keuze maken om je oude ouders onder te brengen.

Sabina die als pedagoge op een goed moment alle verhalen die ze vertelde toen haar kinderen klein waren, aan het papier heeft toever-

trouwd en op haar zesenzestigste met haar debuut verscheen: Puntmuts en zijn bosvrienden: een roman voor kinderen. Zij leest hier graag uit voor, bijvoorbeeld op scholen en in bibliotheken.

Marianne, een juriste die de ayurvedische keuken en bijbehorende filosofie ontdekte en daar artikelen over schrijft en ook daadwerkelijk mee kookt. Op deze avond proefden we haar heerlijke humus.

Francine hoofdredacteur van ons mooie blad van de VVAO en die zich al vele jaren passievol bezighoudt met conflictbeheersing. Zo ontwikkelde ze samen met haar compagnon in de CoachingCarrousel, Philine Spruijt, de spellenreeks 'Veertig Vileine Vragen voor...'. Onlangs verscheen haar boek 'Ruzie mag! Lessen uit de praktijk van conflictbemiddeling.'

Anne Marie liet zich inspireren door Pipilotti Rist een kunstenares die enkele jaren geleden in Boymans Van Beuningen in Rotterdam een tentoonstelling over videokunst heeft gehad. Ze laat ons navoelen welke ideeën zijzelf er bij kreeg. Die ideeën is ze aan het concretiseren.

Heleen was door omstandigheden niet aanwezig, maar liet de groep per e-mail weten dat zij graag, onder andere vanuit haar eigen ervaring, anderen helpt bij het opzetten van (promotie)onderzoek. Op deze tafel was een overvloed aan praktijk, lessen, boeken en kunstzinnige ideeën



aanwezig. Wij als aanwezigen hebben ons daaraan kunnen laven. Een leuk initiatief dat zeker navolging verdient in den lande. We zouden dus zeggen: organiseer dit ook in je eigen stad.

Sabina Sorber (afdeling Amsterdam)
en Susan Ketner (afdeling Utrecht)

VVAO-LUSTRUM 9 november 2013

Op zaterdag 9 november 2013 bestaat de VVAO 95 jaar. Dat vieren we in het Academiegebouw in Utrecht met een mooi programma, met het thema 'Inspiratie'. De bedoeling is dat de deelnemers na afloop vrolijk naar huis gaan, overtuigd dat zij lid zijn van een bijzondere vereniging waar je wat kunt brengen en veel halen.

In juni krijgen alle leden een folder met het programma en aanmeldingsformulier in de brievenbus. Je kunt je digitaal aanmelden maar ook nog gewoon op papier.

In de ochtend houdt dagvoorzitter Jacobine Geel een lezing over inspiratie, gevolgd door een film over VVAO-leden die hun verhaal vertellen. Anneke van Doorne zal het hebben over vrouwen die haar inspireerden en over een inspirerende rol van de VVAO in de 21e eeuw. Daarna volgt een film over de internationale activiteiten van de VVAO en tot slot zal Francine ten Hoedt je uitdagen om je eigen inspiratiebronnen te ontdekken.

Dan volgt een lekkere lunch, met voldoende tijd om met je vriendinnen uit je eigen of andere afdelingen te praten. Er is geen tijd om rustig aan te doen na de lunch, want het muzikale onderdeel zal iedereen actief houden!

In de middag hebben we zes workshops gepland. Wij vinden het moeilijk om een keuze te maken, ze zijn allemaal even inspirerend, maar je kunt maar aan twee workshops meedoen.

Als je een project hebt dat je onder de aandacht van je medeleden wilt brengen, is het mogelijk om een tafeltje in de gang van het Academiegebouw te gebruiken voor een tentoonstelling. Wil je daarvoor vooraf contact opnemen met lustrum2013@VVAO.nl?

Na de afsluiting van de dag is een borrel/receptie met lekkere hapjes. Degenen die dan de trein weer naar huis nemen, hebben geen lege maag en voor de volhouders is er een mooi diner ter afsluiting. Om negen uur 's avonds gaan we afsluiten. Vrolijk en geïnspireerd keren we huiswaarts, dat beloven we!

Riemke Riemersma
Dineke van Iwaarden
Daphne thoe Schwartzenberg
Marlieke Ariaans



De invloed van *gesproken* taal

Jeffrey Wijnberg: Verbale Intelligentie. De kracht van het woord

Twee recensies

Het leert je ook hoe met intimiderende situaties om te gaan

Hilde Spille: Jeffrey Wijnberg is bij velen bekend als psychotherapeut en columnist bij De Telegraaf. In het boek *Verbale Intelligentie* schrijft hij over directe ontmoetingen met een ander. Het boek geeft een handvat voor het vergroten van je verbale intelligentie, wat gelukkig voor iedereen te leren is. In de eerste hoofdstukken ligt de nadruk op het aanleren van enkele trucjes om je schroom te overwinnen in het contact met de ander, wie en waar dan ook.

Verbale intelligentie begint met het stellen van vragen, niet met het vertellen van je eigen verhaal. De latent aanwezige rode draad door het boek is een oprechte interesse in de ander, de voorwaarde voor verbale intelligentie. Zonder die interesse val je hoe dan ook door de mand. En juist door je schroom te over-

winnen, groeit ook je oprechte interesse in de ander. Zo gauw je oprecht geïnteresseerd bent in de ander en zonder schroom een wildvreemde in de trein durft aan te spreken, kun je ook humor toevoegen aan het gesprek. Na enkele trucjes van verbale judo, waarmee je sterk blijft bij aanvallen of intimidaties, sluit het boek af met de basishouding voor verbale intelligentie.

De basishouding, met als belangrijk kenmerk de oprechte interesse in de ander, had ook voor het afsluitende hoofdstuk al wat uitgediept mogen worden. Het is een erg boeiend boek om te lezen waar iedereen wel iets uit weet te halen, hoe groot je verbale intelligentie op het moment van lezen ook is. En het leert je ook, hoe met intimiderende situaties om te gaan.

Hilde Spille (afdeling Nijmegen) is werkzaam bij Paperclip Agency en begeleidt artiesten.

Niet toegeven aan de macht der gewoonte

Philine Spruijt: De achterflap van dit boek beuigt: 'Een aanrader voor iedereen die meer wil halen uit zijn contacten en niet omvergeblazen wil worden door het verbale geweld van de ander.'

En dat is precies wat het is! Het boek leest vlot en gemakkelijk, is doorspekt met herkenbare dialogen en grappige cartoons van Peter de Wit. Het zou wat mij betreft ook uitermate geschikt zijn wanneer de hoofdstukken als gesproken columns zouden worden gebracht.

Jeffrey Wijnberg nodigt je in dit boek uit om niet toe te geven aan de macht der gewoonte, aan je vaste (en wellicht wringende) communicatiepatronen, maar jezelf te oefenen in het ontwikkelen van je verbale intelligentie, waardoor je zelf actief je verbale vaardig-

heden traint en vooral verstevigt. En zo de kunst van het contact maken en onderhouden onder de knie krijgt.

Dit doet hij aan de hand van een aantal thema's die je zullen helpen om je verbaal sterker en weerbaarder te voelen.

Tijdens het lezen kun je als lezer af en toe wel een ongemakkelijk gevoel krijgen, omdat de suggesties die gegeven worden in eerste instantie absurd, bot of anderszins ongepast of gek overkomen. Wellicht bekruipt je dan de neiging om het boek terzijde te leggen. Dat zou jammer zijn, want daarmee blokkeer je de mogelijkheid tot leren en beperk je de ontwikkeling van je eigen verbale intelligentie. En erger nog, de mogelijkheid om er meer plezier in te hebben.

Je wordt door de verhalen in het boek uitgenodigd eens kritisch naar je eigen verbale intelligentie te kijken, en te oefenen in andere manieren dan je gewend bent te communi-

ren. Dat oefenen voelt soms gek én is heel leuk omdat je ervaart dat je andere reacties bij je gesprekspartners oproept dan je voorheen kreeg.

Een uitnodiging om aan de slag te gaan met onder andere: judo, charmeren, de advocaat van de duivel spelen en grappen maken! Philine Spruijt is coach en trainer.

Titel: *Verbale intelligentie, de kracht van het woord*
Auteurs: Jeffrey Wijnberg
Uitgever: Scriptum
Jaar van uitgave: 2012
ISBN: 9789055941551



Meer lezen over invloed?

- Invloed - De zes geheimen van het overtuigen – Robert Cialdini
- Onder invloed, Nederlandse Musikanten Over Hun Inspiratiebronnen – Matthijs van de Ven
- De logika van de macht – Mauk Mulder. Gratis download via www.maukmulder.nl
- Gezag - Mark van Vugt, Max Wildschut
- Niet Echt De Baas, over het ontwikkelen van gezag en invloed – Patries Quant
- 48 wetten van de macht - Robert Greene & Corrie van den Berg
- De Smaak van de macht, gesprekken met oud-premiers, Annemarie Gualthérie Van Weezel

Conferentie van de International Federation of University Women

Van 16 tot 21 augustus 2013 wordt de driejaarlijkse conferentie van de International Federation of University Women (IFUW) georganiseerd in Istanbul.

Kijk voor een voorproefje op de IFUW Conferentie op: www.ifuw.org/ifuw2013/

Voor een impressie van de vorige conferentie in Mexico: www.youtube.com/watch?v=acRd_BO6iUY



In deze rubriek besteden we aandacht aan recent verschenen publicaties, ontwikkeld door of in samenwerking met VVAO-leden. Meld uw boeken of multimedia bij redactie@vvaio.nl.



Emerentia van Heuven-van Nes: *Dear old Bones* - Brieven van Koningin Wilhelmina aan haar Engelse gouvernante Miss Elizabeth Saxton Winter, 1886-1935. Auteur en kunsthistoricus Emerentia van Heuven-van Nes, die meer dan dertig jaar aan Paleis Het Loo verbonden was, was de eerste die uit deze bijzondere brieven publiceerde voor tal van tentoonstellingen en artikelen. Eveneens van haar hand verscheen in 2009 het omvangrijke fotoboek *Het Koninklijk Fotoalbum. Oranje in beeld in de twintigste eeuw*.



Elisabeth Lalk Borghorst: *Edelman in barre tijden*, het leven van Gottlieb Alexander von Blomberg 1744-1834. Napoleon heerst in Europa en Frankrijk laat zijn invloed gelden. De lezer krijgt een meeslepende inkijk in het leven van adel, burgers, boeren, lijfgeigenen en militairen, die meegesleurd zijn in de maalstroom van de Franse revolutie en haar gevolgen. Bovenal is het ook een opmerkelijke familiegeschiedenis in Duitsland en Nederland waarbij de auteur Elisabeth Lalk Borghorst over haar eigen voorvadersen schrijft.

Drs. E.C. Martina, lid VVAO Gooi- en Eemland heeft als *Independent scholar* onlangs een essay gepubliceerd over de tweelinggedichten *L'Allegro* en *Il Penseroso* van de Engelse dichter John Milton onder de titel 'The Sources and Traditions of Milton's *L'Allegro* and *Il Penseroso*: A New Approach'. Voor geïnteresseerden in de dichtkunst en in de Renaissance (Italië en Engeland) kan het van belang zijn. Het is verschenen in *English Studies*, Volume 92, Number 2, april 2011. Een samenvatting is (gratis) beschikbaar.



Ine van Emmerik: Leren zonder vangnet

Leren leren is als leren zonder vangnet. Er dient zich een complexe situatie aan, je wordt ineens op een ander been gezet, de steun van vertrouwde kaders en structuren is even weg. Je moet je eigen weg zoeken naar een oplossing en dat vraagt de inzet van je hele persoon, van alles wat je in huis hebt. Er wordt een beroep gedaan op jouw vermogen om blijvend te leren.

De tentoonstelling '*Divine Surprise!*' is een verrassende zoektocht naar de vrouwelijke kanten van God. Ook wordt ingespeeld op het huidige debat over het belang van vrouwelijke energie naast mannelijke energie in onze samenleving. *Divine Surprise!* Het vrouwelijke in God is van 8 maart 2013 t/m 25 augustus 2013 te zien in het Bijbels Museum, Herengracht 368 in Amsterdam. Geopend: di t/m za van 10 - 17 uur, zon- en feestdagen van 11 - 17 uur.

In dezelfde periode: een verwante presentatie in het Allard Pierson Museum, Amsterdam, *Women for all seasons* Het beeld van de vrouw in de oudheid en in Museum voor Moderne Kunst Arnhem de tentoonstelling *Female Power*. Zie voor actuele informatie over de randprogrammering: www.femartmuseum.com.

UITGELICHT

Actief, ambitieus en zelfbewust

Vrouwen met een hbo- of academische opleiding ontmoeten elkaar bij de VVAO

De VVAO is een van de oudste en prominentste vrouwenverenigingen in Nederland. Ze is opgericht in 1918, heeft rond de 4.000 leden en 32 afdelingen. De vereniging is een netwerk van hoger opgeleide vrouwen. De vereniging zet zich in voor de positieverbetering van deze vrouwen en werkt aan hun empowerment. Iedere vrouw die een studie heeft afgerond aan een universiteit of hogeschool, kan lid worden van de VVAO. De afdelingen organiseren activiteiten om de band tussen de leden te versterken. Op landelijk niveau worden studiedagen, workshops, trainingen en themadagen georganiseerd. Drie keer per jaar verschijnt VVAO-Magazine, gewijd aan een voor vrouwen belangrijk thema.

Voor meer informatie of aanmelden voor het lidmaatschap verwijzen we u graag naar www.vvaio.nl.

www.vvaio.nl



V.V.A.O.

vereniging van vrouwen met hogere opleiding