

Vitaal Voedsel Community

Vitale bodem, planten en dieren,
levenskrachtig voedsel en mensen
in regeneratieve regio's

foto credits: Roelant de Vletter - stijlbeelden

Verslag bijeenkomst Vitaal Voedsel Community – 4 nov 2022



Intro

Op 4 november 2022 bij de VU in Amsterdam trad de Community Vitaal Voedsel naar buiten. Ongeveer een jaar geleden zijn we met een aantal gedreven mensen gestart met het netwerk, door elkaar verhalen te vertellen over vitale bodem, vitale planten en dieren, vitaal voedsel en vitale mensen. Met de bundeling van krachten, kennis en kunde willen we het belang van vitaal of levenskrachtig voedsel uitdragen en verder onderzoeken. Dit doen we vanuit enthousiasme, aandacht en verbinding. We zijn geen organisatie, maar een organisme.

Tijdens de bijeenkomst lieten wij zien waar we voor staan en boden we anderen de gelegenheid om aan te sluiten. De presentaties en workshops boden de ca. 80 deelnemers de kans om zich te laten inspireren, kennis op te doen en kennis te delen. De bijzondere sfeer tijdens de bijeenkomst zorgde voor een "schoolreisje-gevoel", zoals één van de deelnemers het noemde.

Presentaties

Mark Frederiks opende het event door aan te geven wat de Community Vitaal Voedsel is en wat wij willen. Na vier inspirerende bijeenkomsten komen we samen bij de VU in Amsterdam om te reflecteren op wat er al gerealiseerd is binnen de community rond vitale bodems, planten, dieren, levenskrachtig voedsel en mensen. Wij nodigen andere personen, organisaties en netwerken uit om zich aan te sluiten. Dit doen we door een survey toe te sturen waarin degenen die willen aansluiten kunnen aangeven bij de verschillende werkpakketten wat ze komen *brengen* en wat ze willen *halen*.

Dan Kittredge van de "Bionutrient Food Association" vertelde over zijn zoektocht naar de echte waarde van voedsel. Er was geen netwerk waar hij bij aan kon sluiten, daarom ging hij zelf onderzoeken wat de kwaliteit van voedsel is. Ook ging hij kijken naar een goede verbinding van de landbouw met de natuur. Onder andere naar het benutten van het ecosysteem van planten en microben. Als dit goed functioneert houden ze ziekten en plagen weg. Dieren moeten natuurlijk gedrag kunnen vertonen, dan beschermen ze zichzelf. Als boeren in harmonie met de natuur werken hebben ze geen chemie meer nodig. En als voedsel daadwerkelijk voedzaam is zijn er minder ziekten.

Dan ondervond dat geld de driver is. Hij ging dus economie met ecologie verbinden. En landbouw met gezondheid. Hij ging zoeken naar technieken om boeren te empoweren om voedzaam en gezond voedsel te produceren. Daarom heeft hij de Bionutrient meter ontwikkeld. Daarmee kunnen boeren zelf testen en data verzamelen. Zijn conclusie was dat producten van lokale markten en bepaalde labels niet per definitie goed zijn. De real-time terugkoppeling die boeren krijgen als ze zelf gaan meten werkt vaak het beste. En met informatie over de voedingswaarde van producten in de supermarkt faciliteer je de gezondheid van consumenten het beste.

Dan waarschuwde tenslotte dat het oude systeem met labels speelt om alles in te kapselen. Laten we ervoor zorgen dat consumenten zelf kunnen kiezen op basis van data.



Dan Kittredge in gesprek

Via een videoboodschap vertelde **John D. Liu** over hoe we een goede toekomst voor onze kinderen kunnen maken. We hebben kennis genoeg. Onze grote taak is om samen te werken en met respect voor de natuur en elkaar toewerken naar een "Economie van Liefde". Belangrijke elementen zijn herstel biodiversiteit, tegengaan van verspilling en bouwen van communities. Dan hebben we een groot feest, in gelijkwaardigheid en met respect voor de aarde. Met de woorden "live your life, with your full potential, in joy and love" sloot John zijn verhaal af.

Rineke Dijkina, voedingskundige, ging in haar presentatie in op de relatie tussen een gezonde bodem en gezonde voeding: "onze gezondheid hangt voor 100% af van de gezondheid van de aarde". Een gezonde bodem is topprioriteit. Eén van de oplossingen is om het ministerie van VWS te koppelen aan LNV.

Waarom doen we niets, we kennen alle problemen. Volgens Rineke komt dit door ons oerbrein, dat gevoelig is voor genot en pijn. Niet alleen externe factoren, maar ook verkeerd voedsel en stress hebben invloed op het oerbrein. Wat helpt is: naar de natuur, leef volgens je biologische klok, heb wezenlijke sociale contacten en eet echt voedsel.

Er is een analogie tussen de bodem en de darmen. Gebrek aan organisch materiaal in de bodem is hetzelfde als gebrek aan vezels in onze darmen. We eten een fractie van de vezels die we nodig hebben. Dit zorgt voor oxidatieve stress en ziekten.

Verder ging ze in op het gevaar van chemische middelen, zoals xeno-oestrogeen (geeft klachten bij mannen en vrouwen), glyfosaat en snelle suikers (analogie met kunstmest). Ze sloot af met "zorg dat je oerbrein niet met jezelf aan de haal gaat. Big farma en big food, we trappen er niet meer in"

Lunch met vitaal voedsel



Maarten Klop met een voedzame lokale lunch

Workshops

Vitaal voedsel en kwantumlandbouw

Marijke Kuipers gaf een presentatie over de Basisprincipes van de kwantum landbouw (zie presentatie). Naast de materie (M) zijn er andere lagen: E (elektromagnetisch/ energie) en I (Informatie/intuïtie) en S (Spiritueel) van alle leven. Die kun je allen beïnvloeden en in de cursus wordt er ingegaan op verschillende manieren om ermee te werken.

Stef Freriks nam ons mee in zijn werk en leerde ons van een afstand met een wichelroede de uitstraling van producten waar te nemen. Er was een duidelijk verschil te bemerken tussen de producten (spruitjes, appel, ui) van de supermarkt en de vitale producten uit de biologische landbouw (jam, sap,)



Marijke Kuipers

Vitaal Voedsel en meetmethoden

Samen met Roelant de Vletter en Frank Silvis heeft Marjon Wijdeven deze workshop gegeven. Verschillende manieren om de kwaliteit van een product te meten werden getoond. De deelnemers proefden drie verschillende wortels, die ze evalueerden op smaak. Eveneens werden de wortels op verschillende manieren gemeten: met de Bionutrient meter, Bovis meter, SCIO meter, chromatechnologie, kristallisatiebeelden en stijfbeelden. In een uur is met een groep van 30 mensen veel informatie verzameld met dit experience based onderzoek van de kwaliteit van een product.

Een uitgebreid verslag van de workshop is te vinden via [deze link](#).



Marjon Wijdeven en Roelant de Vletter

Vitaal Voedsel en gezondheid

We starten deze workshop met een ontspanningsoefening, waarbij we ons zelf de vragen stelde: waar heb ik nu zin in; wat heeft mijn lichaam nodig en waar heeft mijn wezen behoefte aan.

Vervolgens liet Gaston Remmers, directeur van Mijn Data Onze Gezondheid het perspectief zien van Citizen Science voor gezondheid. Hij toonde verschillende vormen hiervan, zowel onderzoeker gedreven als burger/patiënt gedreven. De presentatie is in te zien via [deze link](#). De conclusies van Gaston zijn:

- We leven in een wereld van medisch fake nieuws, kennis fragmentatie, en maatschappelijke wantrouwen in (medische) wetenschap
- We leven óók in een wereld die snakt naar samenwerking, naar verbinding en die eindeloos nieuwsgierig is
- Burgers en patiënten hebben onderzoekende vermogens die van belang zijn om gezondheidsinterventies te verbeteren

Annemieke Grimbergen, natuurvoedingsdeskundige en uitvoerder van tal van workshops, vroeg aan de zaal wat voedsel voor hen is. De resultaten verdeelde ze in 4 categorieën:

1. Fysiek: koolhydraten/vetten (brandstof), eiwitten, vezels, water, mineralen, vitaminen, polyfenolen (secundaire metabolieten)
2. Leven: gewoonte, systeemonderhoud, enzymen, darmflora/microbioom, gezonde volgende generatie, levenskracht/vormkracht
3. Dieren: gezelligheid, genot, smaak, troost, sociale ontmoeting
4. Ik: vertrouwd, experimenteren, verbinding met de aarde.

Op de vraag waar de community vitaal voedsel aan zou moeten werken werden de volgende suggesties gedaan:

- Bewustwording; consument bewust maken van kwaliteit voedsel; culturele bewustwording
- Bewustwording en ervaren van wat voedsel met je doet. Darmen zijn de hersenen.
- Start met community building om bottom-up transitie te stimuleren
- Onderscheidende invloeden gewaar zijn
- Verbinden, data delen, transparantie en kracht bundelen
- Ideeën vitaal voedsel in het groene onderwijs integreren
- Ervaring is persoonlijk en dat is belangrijk. Het eigen "weten" delen en doen!
- Beter inzichtelijk krijgen wat de juiste gezonde voeding is. Voeding beter op de persoon afstemmen
- Levenskracht van voedsel meten
- Verschil tussen industrieel voedsel en natuurlijk voedsel meten; aantonen kwaliteitsverschil gangbaar en vitaal voedsel
- Onderzoek naar de werkelijke voedingswaarde van voedsel; dit ook echt transparant maken
- De kracht van burger-gedragen communities inschakelen bij de teelt van gezonde voeding
- Eisen dat op verpakt voedsel duidelijke informatie staat op basis waarvan de consument kan kiezen. Leugens over GMO en nep-vitamines verbieden
- Vragen blijven stellen over greenwashing, lobby en macht van politiek en multinationals

Vitale bodem (Volgt nog)

Afsluiting

In een andere zaal op het complex van de VU sloten we de bijeenkomst af met een hapje en een drankje. Nieuwe contacten werden gelegd en de gesprekken over Vitaal Voedsel gingen door.



Kees Anker gaf in zijn afsluitende verhaal aan dat het klopt wat we aan het doen zijn met vitaal voedsel. De aarde maakt een kwantsprong. Oude manieren werken niet meer, nieuwe dienen zich aan. Dit is het moment om de beweging vitaal voedsel neer te zetten, met een bundeling van krachten.

Met plezier en gemak en vertrouwen op overvloed gaan we de community vitaal voedsel verder uitrollen. De voorbereidingsgroep, die deze dag heeft georganiseerd, neemt hierbij het voortouw. Een ieder die iets wil komen brengen of halen kan hierbij aansluiten. We hebben de werkzaamheden opgeknipt in een aantal werkpakketten. Door de survey, die we binnenkort toesturen, in te vullen, kan je aangeven aan wel onderdeel je mee wilt werken.



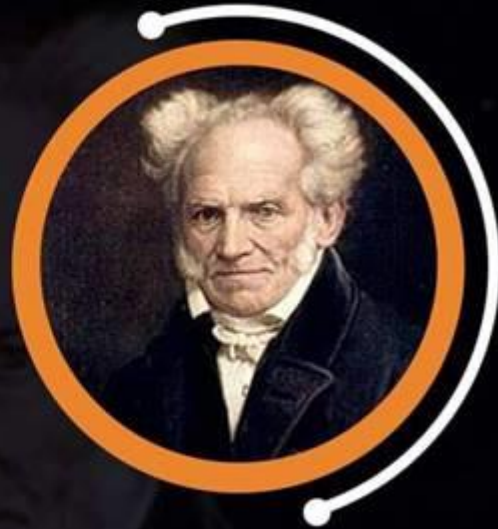
Kees Anker

Na dit verhaal werden we verrast door Wilbrord Braakman, die een lied ten gehore bracht uit zijn boekje *Onderscheidend, leven in de orde van de natuur*. Deze bundel met gedichten getuigt van de transitie waar we in het landbouw- en voedselsysteem mee bezig zijn.



Wilbrord Braakman

PHILOSOPHICAL RHYTHMS



“ All truth passes through three stages. First, it is ridiculed. Second, it is violently opposed. Third, it is accepted as being self-evident.”

~ Arthur Schopenhauer