

Oude tijden kunnen herleven...

Ze bestaan nog!

Tuinders die met liefde diverse producten kweken. Hobbytuinders, beroepstuinders... je ziet het aan de gewassen, aan de manier van behandelen en je hoort het aan de wijze waarop



men over de gewassen spreekt. Het straalt van het product af.

Volkstuintjes zie je ook overal en de sfeer voelt als herinneringen uit mijn jeugd. Mijn opa teelde ook van alles voor eigen gebruik en als klein kind liep ik altijd in zijn kielzog als ik bij hen logeerde.

Trots was ik op mijn eigen tuintje op het erf van opa en oma en ik kan mij nog heel goed herinneren hoe snel radijsjes met mooi weer

kunnen groeien.

De boerenkool uit mijn eigen tuintje smaakte natuurlijk het lekkerst en de klapbessenstruik die bij de waslijnpaal stond leverde heerlijke klapbessen. Jaren later zag ik deze op een markt staan en dacht terug aan de smaak uit mijn jeugd... Dat was een klap in het gezicht, niet te eten!

Producten die de kans krijgen om te rijpen en normaal te groeien leveren ons levenskracht.



Kortgeleden liepen wij langs volkstuintjes bij ons in de buurt en ik kon het niet laten om daar even een rondje te lopen. De sfeer, de producten... prachtige tomaten, zomaar een kruiwagen als sfeer'schilderij'... of de uien die hingen te drogen... een overhemd over een paal in een kasje, wachtend op de eigenaar, tot deze weer zijn energie in zijn tuin ging steken. Deze sfeer is het die je eigenlijk wel vast wilt houden.



Zelf een volkstuin?

Qua gevoel graag, maar het is ook heel veel werk als je alles goed wilt onderhouden en vanaf het begin op de beste wijze wilt aanpakken.

Dat bracht mij op een idee...

Als je in een dergelijke situatie verkeert; wel groente van eigen teelt wilt bereiden maar ook weet dat je niet elke dag tijd hebt... zo zijn er meer mensen die dit herkennen, zeker weten!

Een oplossing is dan mogelijk dat je een volkstuin huurt en op zoek gaat naar een persoon die hiervoor dezelfde liefde heeft als jij. Dan kun je overeenkomen dat de tuin van jou is, jij de aanschaf van de gewassen regelt en de persoon die zich hierin kan vinden volledig mee kan eten van de eindproducten.



Zo help je elkaar. Iemand die graag tijd en aandacht steekt in een tuin als hobby maar deze niet als eigendom wil hebben...

Mogelijk help je zo iemand die het financieel niet op kan brengen dat te ondernemen, maar wel de capaciteiten heeft om te zorgen dat de gewassen niets te klagen hebben.

Dergelijke personen zitten vaak in een situatie dat zij niet extra uitbetaald mogen worden, het niet al te breed hebben en goede voeding dan de sluitpost van de begroting is. Op deze wijze snijdt het mes letterlijk aan twee kanten. Jij hebt producten van eigen teelt en kan er tijd insteken wanneer je er echt de tijd voor hebt. De andere persoon hoeft niet te investeren maar eet met haar of zijn gezin wel gezond.



Dit zijn gedachten die opkomen als je op een prachtig stuk volkstuinen-complex loopt. Venkel van dichtbij of peterselie, net ansichtkaarten. Met de camera heb ik vele producten 'gestolen' en meegenomen. Thuis nage-nietend van de foto's kwamen de gedachten weer naar boven dat er met ons voedsel veel mis is.



Boeren die verplicht worden mest te injecteren en dat niet willen omdat zij weten dat dit slecht is voor het milieu en de gewassen. Biologische bedrijven hebben mest waar veel minder ammoniak in zit dan bedrijven die produceren om te produceren met kunstmest en andere 'hulp' middelen.

Kunstmeststoffen die de overhand genieten terwijl er ook andere oplossingen zijn. Denk aan Keltisch zeezout of Lava.

Dat er met ons voedsel veel mis is, dat is bekend. Dat is de reden dat het noodzakelijk is je te wenden tot extra stoffen die wij missen in ons voedsel. Supplementen is een ingeburgerd woord. Wat velen niet weten is dat je bij supplementen wel degelijk op moet passen dat je niet de verkeerde stoffen binnen krijgt. Het is niet zo dat vitamine C ook maar geslikt kan worden zonder de verpakking te ontleden.

Dat bleek recentelijk toen wij van iemand een potje in handen kregen omdat het gesprek op de ingrediënten van dergelijke producten kwam.

Persoon in kwestie had een pot vitamine C gekocht bij 'De Tuinen'... Een bekende winkelketen in ons land die doen voorkomen dat zij natuurlijke producten leveren. Natuurlijk?

Wat doet Polysorbaat 80 dan in een vitamine C tablet? Of wat te denken van Methylcellulose? Deze beide zijn knalrood in het boekje: 'Wat zit er in uw eten?' Knalrood betekent: *vermijden*. Er zitten wel drie rode E nummers in dit product en ook nog eens 3 oranje! Wat betekent... het kan alle kanten op... richting groen of toch rood. Twijfelachtig en in mijn beleving ook vermijden!

Het gaat hier om de vitamine C met als naam: 'Ester C'.

Vitamine C moet gewoon zijn wat de naam aangeeft... al die extra stoffen zijn niet geschikt voor ons lichaam. Als je dan in het bewuste boekje met de E nummers ook nog leest wat je er mogelijk van kunt krijgen dan heb je al helemaal gegeten en gedronken...

E nummers, je komt ze overal tegen en velen denken ach... het zal wel, het hoort erbij, moet ik daar nu ook nog op letten?

Voor de oorlog en na de oorlog...

Voor de tweede wereldoorlog verbouwden velen hun groente zelf en aten dat wat de streek en het jaargetijde hen bood. Producten uit eigen omgeving heb je snel op je bord dus er kan weinig verloren gaan aan levenskracht.

Alles wat te vroeg geplukt wordt, te lang onderweg is heb je alleen nog maar voor de vorm op je bord, maar het zal je niet helpen vitaal te zijn.

Voor de oorlog waren er in verhouding weinig mensen met kanker. Men had respect voor alles wat de natuur hen gaf. Dat werd met liefde verwerkt, gedroogd, ingemaakt en men maakte gebruik van elkaars kennis. Producten werden geruild en er werd gegeten wat bij het seizoen hoorde. Voedsel uit verre streken waarvan je niet wist welke pesticiden er gebruikt werden lagen niet in de winkels want de verkoop van streekproducten gebeurde gewoon bij de tuinders.

Andere producten waren in opkomst omdat de industrie deze vervaardigde.

Door deze ontwikkeling ontstonden er andere ziektes. Tijdens de oorlog was men door schaarste genoodzaakt weer dat te eten wat de natuur hen bood. De ziektes die in opkomst waren verdwenen weer.

Na de oorlog was het hek van de dam. Grootschalig was in de loop der jaren nog niet groot genoeg. Hoe groter de supermarkten en hoe meer er verpakt en kant en klaar werd aangeleverd hoe meer er kanker en andere ziektes de ronde doen.

Verpakt... in een doosje, zakje, blikje, plastic flesje... het is veelal uit den boze!

Aspartaam, wat in 'light' producten zit, in vele producten en zelfs in kindervitamine C, het is een hersengif! Het komt grootschalig voor en ook nog onder diverse namen.

MSG... of te wel: Mononatriumglutamaat, de E 621... De smaakversterker die zorgt dat producten een versterkte smaak hebben en je het gevoel geven dat je steeds meer wilt eten, want je raakt niet verzadigd. De zak chips 'moet' leeg, het pak koek komt niet in de schone trommel... herkenbaar?

Hoe is ons huidige straatbeeld? Etende mensen met producten die het etiket 'gezond' niet mogen hebben.

Deze groep zal niet nadenken over een volkstuintje en al helemaal niet om dit als een project samen met anderen te ondernemen.

Klinkt dit hard? Leuker en zachter kun je het ook niet verwoorden. De jeugd is vele kilo's te zwaar en het is bekend dat men verwacht dat zij gemiddeld 10 jaar korter zullen leven dan onze generatie.

Wordt het dan geen tijd eens serieus te kijken naar wat wij tot ons nemen en welke E nummers wij accepteren?

De kreet 'door de EU toegestaan' is natuurlijk ook een wassen neus want hoeveel producten eet je per dag met E nummers?

Neem nu de chocolademelk van het merk: 'Landhof'... uit de supermarkt. Daarin zijn 2 rode E nummers verwerkt.

TUC koekjes van Lu, bevatten ingrediënten die niet echt gezellig klinken, waaronder de MSG, de smaakversterker E 621.

Dan de cake bij de Lidl; deze bevat 10 E nummers waarvan 5 in het rood!

Zo kunnen we wel doorgaan en als we vragen aan anderen: 'geef eens wat door', dan zal de lijst bizar lang worden, maar het gaat even om het idee.

Dit zijn een paar producten die men verdeeld over de dag eet. En dan hebben we het nog niet over de pakjes soep, sausjes, blikjes en andere kant en klaar aangeleverde producten. Zie je wat er gebeurt?

Als je dit patroon blijft volgen, eet je de gehele dag E nummers... maar wel in hoeveelheden door de EU toegestaan! Hoe krom is deze opmerking? Er staat niet bij vermeld hoeveel verschillende producten je dan over de dag verdeeld volgens diezelfde EU 'mag' nemen.

Ik zie die volkstuintjes weer voor me en herinner mij de sla met aardappeltjes uit opa's tuin met een eitje van eigen kippen. Dat waren nog eens tijden! Niet gemanipuleerd, pure producten en knapperig vers.

Als je nu bedenkt dat allerlei ziektes alleen maar toenemen en velen van alles tot zich nemen zonder er bij na te denken; dat we het al heel normaal vinden als we medicijnen gebruiken.

Laatst was ik even bij een 80 jarige dame op verjaardag. Het onderwerp van gesprek was dat ouderdom met gebreken komt.

Dat is al een gevleugelde opmerking. Op dat moment telde ik 14 dozen medicijnen op een plank in de boekenkast.

Lieve help!!! 14 dozen waarvan een paar dubbel...

Dat wil dan toch zeggen dat je een medicijn slikt voor de gevolgen van het andere?

Van medicijnen weten we wat het kan aanrichten als je het langdurig gebruikt...

Maar synthetische voedingssupplementen veroorzaken hetzelfde. Alles wat niet van natuurlijke oorsprong is 'praat' niet met onze cellen, wil niet opgenomen worden door het lichaam.

Synthetische supplementen kunnen meer kwaad dan goed aanrichten.

Maar we hebben toch extra vitamines en mineralen nodig?

Ja, dat klopt, want door de verarmde grond en allerlei andere invloeden bevat onze groente en fruit niet meer dat wat het vroeger wel in zich had.

Dat kan trouwens op een natuurlijke manier ook weer hersteld worden.

Zie ik weer die volkstuinten voor mij. Het drieslagstelsel, ingevoerd door Karel de Grote moet weer in ere worden hersteld! Zout en Lava, natuurlijke stoffen, geschonken door de aarde kun je weer terug geven aan de aarde en zo een gezondere bodem creëren.

In combinatie met natuurlijke bemesting van bedrijven die ook hart hebben voor alles wat groeit en bloeit en dus deze passie ook zullen delen, kunnen wij met elkaar de aarde laten herstellen.

Moeten we wel stoppen met het kopen van producten waar schadelijke stoffen in verwerkt zijn. Als je werkelijk weet wat de basis daarvan is zul je waarschijnlijk griezelen.

Koop het boekje: 'Wat zit er in uw eten?' en je zult lichamenlijk verbeteren en echt serieus gaan nadenken over die volkstuint!

Supplementen onder de loep...

Wanneer je een plant ziet kan deze natuurlijk zijn, maar tegenwoordig zijn er ook vele in plastic of zijde uitgevoerd. Deze laatste varianten kunnen praktisch zijn in openbare gelegenheden. Ze zien er uit als een plant.



Als je aan een kind zult vragen wat het is, zal deze antwoorden met 'bloem of plant'. Gelijk heeft het, de vorm heeft het.

Maar een nepuitvoering, is die vanuit de bron gezien ook een plant?

Nee!!! Er zijn voor de productie andere stoffen gebruikt. Je kunt er wel vanuit gaan dat dit vaak nog chemisch is ook.

Géén cellen die kunnen groeien; géén levenskracht en ook niet die typische plantengeur.

Alleen voor het oog kun je zeggen dat het een plant is.

Dieren kunnen die 'neppers' niet eten, terwijl de geit buiten blaadjes kan eten van natuurlijke beplanting. Zet een zijden plant binnen het bereik van die geit en hij zal er met een grote boog om heen gaan.

Zo is het ook met natuurlijke en synthetische voedingssupplementen. De synthetische stoffen worden niet geaccepteerd door ons lichaam en geven ook niet de beloofde vitaliteit. Daarom hoor je vaak roepen dat het gebruik van extra supplementen onzin is. Ja dat is waar, de *niet natuurlijke* varianten kun je beter vermijden.

Hoe kun je nu weten wat wel goed is?

Etiketten lezen is zeer belangrijk! Het boekje waar de E nummers in beschreven staan is een zeer handig hulpmiddel.

Daarnaast heeft Brian R. Clement een boek geschreven met als titel: 'Supplementen onder de loep'...

Wie dat gaat lezen zal onmiddellijk begrijpen dat je wel degelijk ook in supplementenland niet zomaar alles moet geloven. Maar je kunt tegenwoordig NIET zonder. Kijk dus naar een goede kwaliteit!

Er zijn namelijk ook producten op dit gebied die, als je werkelijk de bron weet te achterhalen, uitkomen bij de farmacie.

Is dat niet merkwaardig?

De volkstuintjes zijn zo gek nog niet! Ze blijven in mijn gedachten en het idee er eentje te willen wordt steeds sterker, maar dan wel samen met anderen. Met iemand die dezelfde ideeën heeft en met liefde alles wil verzorgen. Dit idee spreekt me steeds meer aan.

Keltisch zeezout met zijn 84 mineralen en spoorelementen is een brok gezondheid. Zo ook het kruidenelixer met zijn 120 kruiden.

Daar hoorde ik afgelopen week toch een merkwaardig verhaal over.

Van spuiten na elke maaltijd tot geen naald meer pakken...

Afgelopen week sprak ik een man, zijn naam is Willem. Deze man is aannemer en houdt als hobby vele papagaaien.

Deze man bouwt een huis bij Koos de kippenboer. Koos merkte dat Willem zich niet goed voelde. Dat klopte want Willem had last van suikerziekte en spoot insuline na alles wat hij at. Daardoor was hij altijd maar moe, direct van bed af aan. Hij sleepte zich eigenlijk al spuitend door de dag. De medicijnen die hij slikte hadden een dosering van eerst 500 mg., daarna 850 mg., en vervolgens van wel 1000 mg.

Deze hielpen niet meer en zijn nieren werden steeds slechter. De man liep eigenlijk met de dood aan een touwtje.

Koos kwam op dat moment met een oplossing waar hijzelf, zijn schoonvader en andere familieleden, maar ook zijn kippen zeer tevreden over waren: het kruidenelixer van Jan Smit. Willem kreeg een fles mee en het wachten was op verbetering.

Na 14 dagen voelde Willem zich al iets beter, anders... Na 3 weken spoot hij nog maar één maal per dag. Na 5 weken is hij gestopt met spuiten en zijn lichaam kon dit handelen. Toen brak de dag aan voor een uitgebreide controle bij de arts. Bloed, urine, alles moest onderzocht worden.

De bloedwaarde was voor het gebruik van het elixer bij elke controle slecht en werd steeds slechter.

De arts was verbaasd over de - nu – positieve uitslag en uitte 'dat er een wonder gebeurd moest zijn', *dit was niet te geloven dit kon niet waar zijn!*

Willem vroeg toen of, gezien deze zeer goede resultaten, hij minder kon gaan spuiten en minder medicamenten kon innemen.

'Onmogelijk', was het antwoord, 'absoluut niet!'

De arts weet niet dat Willem niet meer spuit en op eigen houtje zijn medicamenten al heeft gehalveerd. Nu de laatste fase nog, want misschien zijn ze wel helemaal niet meer nodig!

Dit heet 'verantwoording nemen voor je eigen lijf'; het elixer heeft zich bewezen!

Puur natuur, zonder E nummers, niets synthetisch en met liefde, vol levenskracht tot stand gekomen.

Dat herkent ons lichaam en daar gaat het mee aan de slag!!!

Hoe duidelijk willen we het hebben?

Er zijn vele merken supplementen die meer op hun etiket beloven dan 't elixer.

Het elixer is pure eenvoud, maar dan van hoogwaardige producten. Weer die kruiden... onze voorouders wisten het al! *Mij* mogen ze 'kruidenvrouwtje' noemen, je wordt gewoon trots op zo'n titel als je de ervaringen met het elixer hoort.

Daarover heb ik al vele verhalen gehoord en ik heb beloofd al deze ervaringen met jullie te delen.

Het verhaal van Willem is zo urgent gezien het feit wij ons zelf vergiftigen als we maar door blijven gaan met wat we tot ons nemen.

En hoe nu verder?

We hadden geconstateerd dat de vitamine C van 'De Tuinen' niet zo natuurlijk is als zij beloven.

Om die reden heeft de directie van dit bedrijf een mail van ons gekregen met het staatje erbij wat er nu werkelijk allemaal in zit.

Daar is een antwoord op gekomen:

Geachte mevrouw Bleeker,

Hartelijk dank voor uw mail

We hebben helaas geen direct antwoord op uw opmerkelijke ontdekking.

We hebben uw vraag doorgezet naar onze customer service in Engeland.

We hopen u spoedig een reactie te kunnen geven.

Met vriendelijke groet.

Dit is een klein stukje uit alle gegevens, maar om te voorkomen dat de dame die geantwoord heeft nu massaal plat gemaïld gaat worden laten we het even hierbij.

Zodra wij een antwoord hebben gekregen zullen wij dit melden.

Wij zijn niet tevreden met alleen dit antwoord maar op dit moment is het afwachten. Wel kunnen jullie allemaal alert zijn en zelf de etiketten lezen. De vitamine C van de Hema is ook niet alleen maar puur natuur! Heel handig als we van anderen zaken toegespeeld krijgen.

Via drogisterijen en andere warenhuizen moet je ze ook niet klakkeloos willen kopen.

De DA bij ons in de buurt heeft aan iemand die ik ken verteld, dat het supplement 'Centrum - van A tot Zink' weggegooid geld is om te kopen. Er zijn wel eerlijke verkoopsters met een geweten!

Lees het boek: 'Supplementen onder de loep' en heb het zwarte boekje met de witte en rode letters altijd bij je.

Dan zul je ervaren dat er veel is wat je wel moet vermijden om gezond te zijn, te worden of te blijven.

Maar je gaat ook ervaren dat er vele mogelijkheden zijn om wel gezond te eten.



Denk eens na over die volkstuin... onderneem het desnoods met de hele straat... Vele handen maken licht werk en samen zijn we sterk!

De natuur zal er wel bij varen en de kinderen leren proefondervindelijk dat rode kool eerst een enorme plant is voor deze in de winkel gesneden in een potje zit!

Onze kat en hond krijgen sinds gisteren ook kruidenelixer... maar dan de variant voor dieren!

Ook zij hebben recht op extra ondersteunende middelen. Zij krijgen een theelepel sole in hun drinkwater. Sole is éénderde deel Keltisch zeezout en tweederde deel water in een glazen pot. Goed schudden en daar een theelepel van.

Afgelopen week was enerverend, met allerlei gesprekken die ik mocht voeren over de kruidenelixer. Maar wat je dan weer als negatief nieuws krijgt...

Via het dagblad van het noorden en oplettende mensen die dit weer doorspelen...

Coassistenten ingeënt tegen de bof.

Door Esther van der Meer.

Groningen

Het Universitair Medisch centrum in Groningen heeft alle 1100 coassistenten van het ziekenhuis een brief gestuurd met een oproep zich te laten vaccineren tegen de bof. Studenten die de bof nog niet hebben gehad wordt gevraagd zich te melden. De oproep geldt ook voor studenten die als kind zijn ingeënt. Het ziekenhuis neemt de voorzorgsmaatregel om patiënten zo goed mogelijk te beschermen, aldus een woordvoester. Sinds december vorig jaar waart de bof rond in Nederland, met name onder studenten. Bij het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) zijn sinds december 290 meldingen binnengekomen, waarvan 28 met complicaties. Volgens directeur Roel Coutinho van het centrum infectiebestrijding van het RIVM gaat het om het topje van de ijsberg. "In werkelijkheid zijn het er veel meer". De meeste mensen krijgen lichte verschijnselen en gaan niet naar de dokter. Wij zien alleen de ernstige gevallen.

Het RIVM heeft GGD's in studentensteden aangeraden om tijdens de introductieweken studenten die niet zijn ingeënt op te roepen om zich alsnog te laten vaccineren.

En wat meldt het RIVM zelf.... **Waarschijnlijk**....

2.6 Immuniteit

Na infectie met het bofvirus ontstaat **waarschijnlijk** een levenslange immuniteit. De prevalentie van beschermende antistoffen tegen het bofvirus bij 25 tot 79-jarige Nederlanders met overwegend natuurlijke immuniteit, verworven vóór de introductie van het BMR-vaccin, is **>96%**. (Hof03, Nar03) De verworven immuniteit na vaccinatie en natuurlijke infectie is mogelijk niet levenslang. In de literatuur zijn meerdere uitbraken van bof onder gevaccineerden beschreven. (Bro05, MMWR06-1,2,3,Sav05).

Met andere woorden: als je de bof hebt gehad en daarvan op een natuurlijke manier bent genezen, is de kans dat je de bof **NIET** meer krijgt **GROTER** dan 96% ('een levenslange immuniteit').

Als je net de verhalen van de resultaten van de elixer hebt mogen horen en je leest dan dit weer...

Tijdens het vaccineren worden de virussen juist ingespoten... wat gebeurt er als iemand een virus heeft? Die kun je toch overdragen naar derden?

Is dat niet van toepassing op de gevaccineerde personen die in het ziekenhuis werken? Zullen zij dan de bof niet kunnen verspreiden? Ik persoonlijk kom niet graag in aanraking met gevaccineerden, want bekend is dat zij juist deze ziekte kunnen verspreiden.

Wat is toeval? Gisteravond sprak ik iemand die in behandeling is bij een arts. Deze constateerde dat dame in kwestie resten van het Mexicaanse griepvaccin in haar lichaam had. Zij had deze ziekte niet gehad en zich niet laten vaccineren.

Deze arts zei onmiddellijk dat het mogelijk was dat zij het van anderen had overgenomen die wel gevaccineerd waren. Dus het vaccin verspreidt dan de kwaal!

Wat zien we om ons heen? Velen die afgelopen voorjaar liepen te kwakkelen hadden zich veelal laten vaccineren tegen de griep.

Wie dat niet had gedaan ontliep die klachten, maar als we deze feiten allemaal op een rijtje zetten is het overduidelijk dat we gezamenlijk vele verkeerde stoffen verspreiden d.m.v. vaccins, E nummers en andere synthetische materialen.



Ik denk dat ik morgen nog maar eens naar die volkstuinten ga wandelen... de sfeer was daar heerlijk! Tomaten, venkel, boontjes, sla en vele andere producten die niet bedorven zijn door E nummers!

Dan, de rust die er heerst en de harmonie die het uitstraalt! Levenskracht! Pure levenskracht!

Dat straalde Willem ook uit nu hij niet meer spuit en zijn medicamenten heeft gehalveerd.

Zijn eigen woorden zijn dat het elixer zijn leven heeft gered. Dankzij Koos de kippenboer, wiens verhaal ook fantastisch is en op een ander moment uitvoerig aan bod zal komen.

Het was een waardevolle week om deze ervaringen te mogen horen. Dat geeft positieve gedachten!

Anneke Bleeker
Bergen NH
25 juli 2010

www.verontrustemoeders.nl

Foto's: © Anneke Bleeker

Boeken:

Wat zit er in uw eten?

Corinne Gouget en Will Jansen
ISBN: 978-90-777-8828-8

Supplementen onder de loep

Vitaminen, mineralen en hun effect op je gezondheid
Brian R. Clement
ISBN: 978-90-202-0376-9

Keltisch zeezout:

Zie onze website op de welkom pagina:

<http://www.verontrustemoeders.nl/index.html>

Kruiden elixer:

Dhr. Jan Smit
Telefoon: 0598-612217

Lava:

www.emnatuurlijk.nl