

# één tot en met acht

In China is vijf een geluksgetal. In de numerologie wordt de vijf een ziel- of levensgetal genoemd omdat het in verbinding staat met de klassieke vijf zintuigen van de mens: zien, horen, ruiken, voelen en proeven. Maar tegenwoordig is er ook dat zesde zintuig. Al is daar niet iedereen van overtuigd, maar intuïtie is misschien ook niet iedereen gegeven. En evenwicht ook niet, want volgens sommige wetenschappers is ons evenwicht ook waar te nemen. Het evenwichtsorgaan houdt ons in balans, maar kan ons ook dusdanig in disbalans brengen. Maar met zes lopen we al op de zaken vooruit, want we waren bij vijf. En we zijn bij de vijfde Zomertijd aangekomen, waarin we met het Westfries Museum terug in de tijd gaan en kennismaken met vijf Horinezen die in de zeventiende eeuw de hele wereld als speltoneel hadden. Ook blikken we terug op de aanleg van de Polderbaan, iets minder lang geleden. Anne-Gine Goemans en Erwin van der Meer staat de opening van de vijfde landingsbaan van Schiphol nog helder voor de geest, want die schopte hun leven danig in de war. Een paar jaar voor de opening van die Polderbaan, werd DI-RECT geboren. Deze band gaat nu richting zijn 25-jarig jubileum. Met zijn vijven uiteraard.

Nanska van de Laar

zomertijd



Myriam Prent tussen de 'lichtgevende' kattaartaart. „Hier geen opgejutte groentes en bloemen.”

HELEEN VINK

## 5x500 m<sup>2</sup> eetbaar groen

Een divers en eetbaar landschap, dat in vrijheid groeit, zorgt voor een krachtig bodemleven. Eet je daarvan, dan werkt dit direct positief door op jouw dagelijkse energie en darmflora. Daarvan is Myriam Prent, als natuurgeneeskundige, compostmeester en projectleider van Voedselbos Schoorl, overtuigd.

Vanuit haar werk als natuurgeneeskundige ziet ze wilde planten die geneeskraft brengen verdwijnen. Ze wil bijdragen aan herstel en vindt dit om de hoek bij het Natuur&Milieuteam Zuid in Amsterdam. Het team kijkt hoe samen met bewoners de directe leefomgeving is te verbeteren voor de lange termijn. Het blijkt een eyeopener voor haar en zo komt de bodem in beeld – ze wil zich weer verbonden voelen met de aarde – en op zoek naar meer maakt Myriam kennis met Guurtje Kieft die zich bezighoudt met de krachten van de natuur en met Jan Tardy een specialist op het gebied van composteren. Na zo'n twintig jaar in Amsterdam op een bovenetage te hebben gewoond komt in 2006 onverwachts de kans om te verhuizen naar Bergen in Noord-Holland, een plek waar ze al jaren komt.

### Afvaldump

Sinds 2013 is haar woonplek het Gym Lokaal in Schoorl waar door de bewoners van dit woonproject en de buurt zo'n 2500 vierkante meter omliggende gemeentegrond van afvaldump is omgetoerd tot Voedselbos Schoorl, een eldorado voor insecten. Via een Blote-voeten-pad

Wat houdt de mens bezig? Met die vraag gaat Heleen Vink op pad voor Zomertijd.

kunnen bezoekers de grasland-bloemenweide met duinstreeksoorten betreden, genieten van het stinzen park en de eetbare bosrandtuin. Ook is er een kleinschalige volle grond kwekerij en een circulaire keuken. Van de dagelijkse etensresten worden via een wormenhotel en Bokashi – een gefermenteerd organisch materiaal dat onder meer het bodemleven activeert – compost gemaakt. „Hier heb ik ter plekke zo veel geleerd”, is Myriam enthousiast. Het gesprek vindt grotendeels plaats aan een gele bistrotafel in haar sfeervolle woonkamer met uitzicht op het groen van het voedselbos. „Tot m'n zesde woonden we letterlijk driehoog achter in

de Amsterdamse Jordaan. Ik kan me er weinig van herinneren want het grootste deel van het jaar verbleven we in onze caravan in Wijk aan Zee. Daar liep ik altijd op blote voeten en was bezig met strandschelpen verzamelen. Later verhuisden we naar Purmerend waar m'n moeder een moestuin begon. Ze werkte gifvrij en vertelde mij over de spontaan opkomende wilde planten.” „Hier in het voedselbos is het onze opzet, terwijl we er zelf ook van genieten, om te laten zien wat circulair en natuur-inclusief leven inhoudt. Het pand heeft ook allerlei kleine ingrepen gehad; de klimop die zich vast kan zetten, de vogelnesten en vleermuispotten. De bedoeling is om te leven van wat zich hier ontwikkelt. Je ziet hier op kleine schaal voorbeelden die ook groter kunnen worden toegepast. Wij hebben van het nadeel van de kleine afmetingen een voordeel gemaakt.”

### Regime

Ze schreef diverse programma's onder meer voor buurtcompost in Alkmaar en voor circulaire bedrijfsvoering in de horeca. Daarin bleek ze haar tijd ver vooruit. Tijdens corona is daarin een ongelooflijke klap uitgedeeld. Wandlend over het Blote-voeten-pad en

genietend om zich heen kijkend zegt ze, „We zijn bezig nieuwe beroepen te ontwikkelen voor de nieuwe tijd. Daarnaast is fijn om mensen die hiernaartoe komen, te motiveren hun kwaliteiten te laten zien.” Ze wordt afgeleid door het groen: „Dit is zeepkruid, ruik er maar eens aan, het zijn net snoepjes. Dat is Kattaartaart, bijna lichtgevend. Kijk, de tuin bedruipt zichzelf nu al. Hier geen militair regime van plantjes in rijtjes met kunstlicht. Geen opgejutte groentes en bloemen. Volg het tempo, de kringloop van de planten. Laat ze samengroeien en dan ontdek je de kracht van samenwerking. We zaaien wel, ook in de groentetuin, wat in de omgeving thuisheert. Na het eerste jaar met onder andere pioniersbloemen komen de tweejarige en vervolgens de vaste planten. Je ziet hoe ze elkaar helpen. Als je die oorspronkelijke planten eet die groeien in de ruimte en de tijd die ze nodig hebben, dan krijg je als je ze ook zelf die vrije energie binnen.” Het is voor de mensen van Voedselbos Schoorl duidelijk; een regeneratieve kringloop ontwikkelt energie die nodig is voor een gezond leven. Voor alles en iedereen.

Info: [bit.ly/3QakiUZ](https://bit.ly/3QakiUZ)