

de Sprokkel

vrijzinnig humanistisch tijdschrift
regio Westhoek Noord



WINTER 2020

thema SPORT

V.U.: Marc Van Muylen, Galloperstraat 48, 8670 Koksijde | Verschijnt driemaandelijks | januari - februari - maart | 8^{ste} jaargang nr. 3

Afgeefkantoor: Gent X
P013985 - BC31649



de mens.nu
is vrijzinnig humanistisch

de Sprokkel

de Sprokkel | 8^{ste} jaargang nr. 3

januari - februari - maart 2020

Verschoont driemaandelijks

Verantwoordelijke uitgever: Marc Van Muylem

erkeningsnummer: P913985

PB nummer: BC31649

Vrijzinnig Huis Koksijde

Galloperstraat 48

8670 Koksijde

vrijzinnighuiskoksijde@gmail.com

www.vrijzinnighuiskoksijde.be

kernredactie

Lore Alleman

Nele Deblauwe

Lieve De Cuyper

André Laveyne

Marc Mortier

Marc Van Muylem

Stefanie Proot

droegen ook bij aan dit nummer

Rhune Sabbe

Joeri Stekelorum

Jon Strubbe

Denise Van der Meiren

Guido Van Gheluwe

Bericht aan de lezers en de auteurs

Dit tijdschrift wordt gratis verspreid binnen de vrijzinnig humanistische gemeenschap regio Westhoek Noord. Wens je dit tijdschrift te ontvangen stuur dan je adresgegevens naar diksmuide@demens.nu. Je gegevens worden, behoudens bezwaar, opgenomen in een bestand beheerd door het huisvandeMens Diksmuide en uitsluitend gebruikt voor de verspreiding van dit tijdschrift.

De redactie is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de door derden geleverde artikels. De kernredactie behoudt zich het recht om ingeleverde artikels te wijzigen, in samenspraak met de auteurs.

Inhoud

Editoriaal	2
Actueel	3
Column	4
Hoofdartikels	5-6-7-8-9-10-11
Visietekst	12
Jong & Vrijzinnig	12
Activiteiten in de regio	13-14-15-16
Lokale vereniging	17-18-19-20
.....	21-22-23-24-25
Boekbespreking	26
In de kijker	26-27

Editoriaal



Met de jaarwisseling geeft voorzitter Marc Van Muylem de fakkel van het Vrijzinnig Huis Koksijde aan mij door. Marc was gedurende zes jaar, na Bob Rossel, de tweede voorzitter. Ik wil hem bedanken voor de nooit aflatende inzet die hij, samen met zijn echtgenote Denise, heeft getoond om ons Vrijzinnig Huis Koksijde in de regio op de kaart te zetten. Hij deed dit samen met een gedreven team van bestuursleden én vrijwillige medewerkers op wie we steeds kunnen rekenen. Het is een ge-

noegen, maar meteen ook een belangrijke uitdaging voor mij om samen dit werk verder te mogen zetten. De fakkel is doorgegeven. Het is mijn opdracht om te zorgen dat het vuur verder wordt aangewakkerd.

Het fakkelsymbool is sinds de vroege jaren '70 het kenmerk van onze vrijzinnig humanistische levensovertuiging. De cirkel symboliseert de aarde; de fakkel staat voor het licht, de verlichting en de rede; de menselijke silhouetten zijn het zinnebeeld van de universele broederlijkheid, verbondenheid en solidariteit. Rechts staan de figuren hoger dan links. Dit verwijst naar de mogelijkheid om te groeien naar wijsheid en inzicht.

In deze principes ligt ook de toekomst van ons Vrijzinnig Huis Koksijde. Een open huis waar al wie openstaat voor een vrijzinnig humanistische levensovertuiging terecht kan, waar we elkaar kunnen ontmoeten, ideeën kunnen uitwisselen, ons kunnen ontspannen, maar vooral waar we van elkaar en van anderen kunnen leren, waar we kunnen groeien en werken aan onszelf. Ons zelf verrijken met andere inzichten, zodat we zelf een sterker mens worden in een maatschappij waar verdraagzaamheid en sociale cohesie steeds meer onder druk komen te staan.

Ik wil verder gaan op het juiste pad dat het Vrijzinnig Huis Koksijde is ingeslagen. Mijn motto: koesteren wat goed is, groeien waar kan. Ook dit jaar zorgen we, samen met de lidverenigingen, voor een mooi aanbod aan activiteiten. Als Vrijzinnig Huis zorgen we zelf voor een viertal voordrachten die een ruim publiek moeten aanspreken en die ingaan op maatschappelijke thema's die ons bezig houden. Daarnaast blijven we zorgen voor ontspanningsactiviteiten, waar leden op een informele manier elkaar kunnen blijven ontmoeten: de zondagse praatcafés, de kwis, de seizoensafsluiter, het heerlijke ontbijt, de busuitstap en de winter-BBQ. Ik hoop ook jou op enkele van deze activiteiten te mogen begroeten.

In afwachting dat we elkaar mogen ontmoeten op onze nieuwjaarsreceptie op zondag 26 januari 2020, wens ik alvast dat het licht en de warmte van de fakkel ook in 2020 op jullie levenspad mag zorgen voor vriendschap, liefde en vooral een goede gezondheid.

Joeri Stekelorum

inschrijven op de nieuwsbrief van Vrijzinnig Huis Koksijde kan via <https://eepurl.com/glwsu5>



Word fan van Vrijzinnig Huis Koksijde op facebook!
www.facebook.com/vrijzinnighuiskoksijde





De redactie van **de Sprokkel** wenst al haar trouwe lezers een gezond en gelukkig 2020

Afscheid nemen betekent een stap terug zetten

Beste vrienden,

In een organisatie moet men oog hebben voor vernieuwing en de durf om daarbij een stap opzij te zetten.

Na iets meer dan 6 jaar voorzitterschap van het Vrijzinnig Huis Koksijde, denk ik dat de tijd hiervoor rijp is.

Er wordt mij af en toe weleens gevraagd: "Ben je het moe? Nee, helemaal niet - Waarom stop je dan? Doet je het dan niets om een stapje opzij te zetten? - Om eerlijk te zijn, het doet pijn. "

De reden is echter dat ik me steeds voorgenomen heb om op mijn 70ste met al mijn functies binnen de lidverenigingen te stoppen. Dus wordt het nu op mijn 71ste hoogtijd.

Afscheid nemen is ook het geschikt moment om even terug te blikken.

Toen men mij in 2013 vroeg om het voorzitterschap over te nemen, heb ik duidelijk naar de raad van bestuur gesteld, dat er daar voor mij drie expliciete voorwaarden aan verbonden waren:

- 1 dat ik de toen twee los van elkaar werkende overkoepelende organisaties zijnde het VKW en het VOC tot één bestuur wou brengen
- 2 dat ik de bedoeling had om mijn idee naar de werking toe, dit in de context van waarvoor wij als levensbeschouwelijke organisatie staan, duidelijker wou preciseren.
- 3 dat ik het voorzitterschap voor een periode van 3 à 4 jaar zou opnemen.

Wel beste mensen al deze voorwaarden, behalve de derde dan die iets uitgelopen is, werden volgens mij vervuld. Tijdens het proces naar een nieuwe organisatiestructuur hebben we met de vertegenwoordigers van de toenmalig Vrijzinnige Koepel en het bestuur van het Vrijzinnig Ontmoetingscentrum de krijtlijnen uitgetekend van hoe wij de verdere uitbouw van onze vzw zagen. Ons eerste initiatief was dan ook het opstellen van nieuwe statuten waarin alle lidverenigingen vertegenwoordigd zouden zijn en waarin zij de basis van onze werking vormden. Het uitschrijven ervan op zich was niet zo belangrijk, wel het feit dat dit er ons toe verplichtte om na te gaan hoe we de vrijzinnige werking een verdere harmonische succesvolle toekomst konden garanderen.

Wij hebben nooit tijd verloren in oeverloze vergaderingen en door continu de vinger aan de pols te houden, door aandachtig te luisteren naar de betrachtingen van onze leden hebben we, progressief en zeer pragmatisch, onze vzw uitgebouwd. De regelmatige deelname van steeds vertrouwde maar ook geregeld nieuwe gezichten, is het levende bewijs dat wij op een zeer attentvolle manier ons programma elk

jaar opnieuw aanpassen, zodat iedereen zich in ons midden thuis kan voelen.

Vandaar de succesvolle uitbreiding van enerzijds ons programma en anderzijds de continue groei, zowel in ledenaantal als in de uitbreiding van het deelnemersveld binnen elke lidvereniging.

Het communicatieprobleem hebben we opgelost met het in leven roepen van ons tijdschrift De Sprokkel. Zeer sober gestart, thans uitgegroeid tot een volwaardige, professionele uitgave. Het resultaat ervan is zeer duidelijk: degelijke informatie, een stevige band met alle leden, een gestage aangroei van het aantal actieve lezers. We zijn er tevens in geslaagd een definitieve stek te waarborgen in de Galloperstraat 48 met vergaderruimte en alle nodige accommodatie met inbegrip van een prachtig stukje tuin, een rustige oase met onbeperkte ontmoetingsmogelijkheid.

Best vrienden,

We zijn een grote vereniging. De hulp van zoveel medewerkers verlicht enorm de taak van de voorzitter. De geboekte successen, de regelmatige schouderklopjes, geven steeds opnieuw de zo nodige impuls en motivatie om door te zetten. Maar toch, aan dromen verwezenlijken hangt een prijskaartje. Ik kan niet ontkennen dat het niet altijd even gemakkelijk was. Je voelt je af en toe weleens eenzaam aan de top, onbegrepen soms, zelfs door sommige onheus behandeld. Soms moet je weleens beslissingen nemen die op het eerste zicht weinig met vriendschap te maken hebben. Maar zeker is: de positieve respons dat je voor je inzet terugkrijgt is bemoedigend en geeft je de kracht om door te zetten.

Kortom beste mensen wij mogen fier en trots zijn op dat wat wij samen hebben bereikt. Mijn dank dan ook aan iedereen voor deze ondersteuning.

Ik kan dan ook vandaag met een gerust gemoed, met voldoening en met volle vertrouwen in de toekomst de fakkel aan mijn opvolger doorgeven. Achter hem staat een team medewerkers die hem de nodige steun zal bieden.

En ja, het afscheid als voorzitter doet een beetje pijn. En nee, ik ga geen waakhond of schoonmoeder spelen. Ik kijk er wel naar uit om samen met jullie, als bezoeker van het Vrijzinnig Huis, nog dikwijls en zeer lang van dit fantastisch project te mogen genieten.

Groetjes
Marc Van Muylem





De kijk van ... Stephan

Sport heeft veel gezichten

Een huisarts zal ongeveer elke patiënt aanmoedigen voldoende te bewegen en dus te sporten. Het is niet alleen goed voor lijf en leden, daarnaast heeft het ook in clubverband een belangrijk sociaal aspect. Dat is één van de gezichten van sport, waarschijnlijk het mooiste. Een ander mooi gezicht ervan is de finesse, de elegantie ook, de lichaamsbeheersing die een sportieveling moet etaleren bij onder andere atletiek of turnen, esthetiek van de bovenste plank. Of hoe kostelijk kan een wereldgoal tijdens een voetbalmatch niet zijn? De tactiek, het juiste spelinzicht, de precisie van het shot, het is haast kunst, vaak mooi om zien, af en toe spectaculair.

Helaas heeft het monster ook vele lelijke gezichten. Boksers of kooivechters die als machines van menselijk vlees denken te moeten showen hoe diep ze wel kunnen verduren. Het hoeft voor mij niet. Voor mij is dit geen sport, dit is een macho schouwspel van het afzien, om ter meest, om ter hardst, het liefst met gebroken poten en oren. Het vermaak van dat soort circus ontsnapt me. Maar dat ben ik. Ze doen maar, we hoeven nu eenmaal niet allemaal teerhartig te zijn. Uiteindelijk kan ik het niemand kwalijk nemen dat hij daar zijn roem en eer moet halen. Ik zal maar blijven schrijven vanuit mijn zetel. Kwestie dat ik de avond voordien wel mag doen wat zij niet mogen, weinig roem en eer oogstend, maar wel met veel rock & roll en de rest.

Boksliefhebbers zouden me uren kunnen vertellen hoe tactisch en hoe doordacht de strategie van een wedstrijd wel is, over de schoonheid ervan. Mezelf kennende ga ik er wel nooit gecharmeerd door worden. Het blijft een kwestie van smaak en daar discussieer je niet over, dat heb je, of dat heb je niet. We gaan ons daar niet druk over maken.

Waar ik echter wel vragen bij stel, is hoe van sommige supporters hun sympathie voor de sporthelden kan omslaan tot pure en bijna blinde adoratie. Het soort mensen dat waanzinnig tekeer gaat als daar elf man een voetbalplein opkomt, met kapsels waar zelfs aftandse strandjeanetten, in hun beste dagen niet konden aan tippen. Ik begrijp ze niet. Hun dochter zou zo moeten thuiskomen, met een

dergelijke haartooi, ze zouden haar beschuldigen van hoererij. Hun zoon zou zo moeten thuiskomen, ze bellen de mannen in witte jassen, wie weet waarschijnlijk voor zichzelf. Zijn ze zo wanhopig dat ze bereid zijn onder politiebewaking, zwaarbewapend en met paarden dan nog, naar een evenement te gaan, als een pelgrimage van testosteronbommen op scherp, die al veel te lang geleden nog eens van de grond zijn gegaan? Als je dan weet dat de betere ploegen uiteindelijk altijd die zijn met het meeste geld, als je dan beseft wat het ook aan de belastingbetaler kost, en welke onzinnig decadente salarissen sommigen, nota bene omdat ze goed kunnen shotten, opstrijken, dan spreken we niet van sport. We hebben het dan over

een commercieel georkestreerde uitlaatklep voor kapot gefrustreerde would-be alfamannetjes die te laat zullen beseffen dat voornamelijk zichzelf niet pasten in hun eigen glorieuze ambities.

**Boksers of kooivechters
die als machines van
menselijk vlees denken
te moeten showen hoe
diep ze wel kunnen gaan,
hoe veel ze wel kunnen
verduren. Het hoeft voor
mij niet.**

Natuurlijk maak ik er een karikatuur van, maar ergens voelt het toch niet goed. De idee dat je een massa in toom kunt houden door sport, schreeuwt om misbruik en bedisselingen. De Romeinse dichter Juvenalis sprak er al over, brood en spelen, bijna tweeduizend jaar terug. Dictators gebruiken het om hun

nationalistische boodschap mee te ondersteunen. Veraf en lang geleden denk je dan, maar ondertussen merk je dat de twee grootste Vlaamse politieke partijen niet willen genieten van de prachtige prestaties van de Rode Duivels of andere nationale ploegen, want het past niet in hun kraam. Een ploeg Belgen van allerlei kleuren, taalgroepen en afkomst gekoesterd door zo vele Vlamingen, het doet blijkbaar pijn. Iets om over na te denken, het liefst tweemaal. Het is niet allemaal zo onschuldig, laat staan zo sportief.

Gelukkig is sport nog altijd goed om je hoofd eens leeg te maken en je bekommernissen te vergeten. Ik moet naar de winkel, ik ga te voet, een stadswandeling, een beetje beweging. Het is nodig, anders denken ze weer dat ik teveel citroenen gegeten heb.

Stephan Hungenaert

DENKSPORT een SPORT voor het leven

Sport is een lastig te omschrijven begrip. De meeste mensen associëren sport met fysieke inspanning waarbij het gaat om het vergelijken van vaardigheden (zoals coördinatie, balans, vlugheid, nauwkeurigheid, snelheid, kracht, uithoudingsvermogen, enz.) met vaste regels en competitieverband. Maar er zijn ook sporten waarbij de krachtmeting op andere fronten plaatsvindt.



Zo is **schaken** een individuele **sport**, maar wel een die samen met anderen moet worden beoefend.

Bridge daarentegen is een **teamsport**. Beide sporten spreken de mensen aan op hun intellectuele vermogens en niet op hun beweegcapaciteiten. Voetballen doe je met je benen, schaken met je hersenen. Zowel je benen als je hersenen horen bij je lichaam. Zowel voetbal als het schaken worden gespeeld om te **winnen**.

Er zullen ongetwijfeld mensen zijn die vinden dat denksport geen echte sport is. Denksport is echter een officiële tak van de sport en er worden hier dan ook verschillende competities voor georganiseerd. Het is daarbij een **sport voor het leven**. Als je voetballer bent, ben je vroeg of laat gedoemd de competitiesport vaarwel te zeggen. Als je schaken hebt geleerd kan je als grootvader of als grootmoeder nog steeds aan competitieschaken doen.

Het is trouwens ook onterecht te denken om denksporten als roerloze activiteiten te omschrijven. Er gaat juist heel wat **fysieke en sociale beweging** aan elke ronde vooraf.

Niet iedereen beschikt uiteraard over het aangeboren intellectueel vermogen om zich tot een Garri Kasparov of huidige wereldkampioen schaken Magnus Carlsen te ontwikkelen maar Dick Swaab, neurobioloog en tevens auteur van de bestseller “Wij zijn ons brein”, (boekbespreking De Sprokkel –Herfst 2019) is er stellig van overtuigd dat je hersenen in omvang toenemen, als je ze steeds weer van nieuwe informatie voorziet. Dit is vanzelfsprekend het geval bij het actief en veelvuldig beoefenen van denksporten. Zo zet je bij schaken bij iedere handeling je tegenspeler en jezelf aan het denken over volgende te nemen zetten. Je verslaat je opponent meestal door meerdere stappen

probleemoplossend vooruit te denken. Daarbij helpen andere vaardigheden je doorgaans een extra handje zoals; logisch redeneren, rekenvaardigheid, ruimtelijk inzicht en bovenal opgeroepen concentratie **Denksport weet je mentale fitheid te trainen**. Zo leer je als speler complexe situaties te analyseren. Kortom, interessante bevindingen die aantonen dat een gezond stel hersenen ontzettend belangrijk zijn, voor de algehele ontwikkeling van lichaam en geest. Het staat allemaal met elkaar in verbinding en dit gegeven was een vermoeden waarover al langer gespeculeerd werd. Met het beoefenen van denksporten zal je tot in lengte van jaren profijt hebben en daarbij zul je zeer waarschijnlijk scherper, energieke en veerkrachtiger in het leven staan.

Denksporten komen weinig in de media, zij zijn voornamelijk geïnteresseerd in fysieke sporten, maar denksporten zijn wereldwijd populair. Wie zich naast het plezier tot een kampioen in zijn geliefde denksport wilt ontplooien kan, ook in zijn directe omgeving, zich bij één van de vele georganiseerde clubs aansluiten. Sporten als bridge, schaak en dammen zijn nl. door de zeer lage kosten laagdrempelig en makkelijk te organiseren.

Wie zijn brein louter om de gezelligheid wilt trainen, kan zich uiteraard ook inschrijven voor de 4e QUIZT’ET van het Vrijzinnig Huis. Ik geef toe, dit behoort niet tot één van de officiële(wedstrijd) denksporten maar je traint er wel je geheugen mee, versterkt je sociale contacten en je beleeft alvast een heel gezellige avond.

Denise Van der Meiren

Een kijk op de vrijdenkende sportcoach

Harvard Business Review publiceerde recent een **artikel** als voorproef op het **nieuwe boek** van Marcus Buckingham en Ashley Goodall – “Nine Lies About Work”. Daarin ontcrachten ze algemene tendensen die zich voordoen in de bedrijfswereld. Tegelijk zijn alle inzichten en thema's ook van toepassing op de sport. Beide zijn contexten waarin mensen prestaties leveren en voldoening of excellentie nastreven.

TALENT ONTWIKKELEN IN RELATIE MET ANDEREN

De mens verbindt zich met anderen wegens zijn sociale karakter. Hierin kan hij/zij wederkerigheid verwachten door de toegevoegde waarde die hij/zij ervaart. Je kan spreken over een ware connectie. De coach en de atleet vormen een relatie op basis van deze kenmerken, waarin de coach alles aan de atleet aanreikt. Zo kan deze zich overstijgen in de prestatie die hij/zij uitvoert. Vergelijk het met het laatste stadium van Maslows motivatietheorie. Het is de behoefte naar zelfactualisatie. Hier streeft iemand naar de ontwikkeling van groeimogelijkheden op het mentale en persoonlijkheidsgebied. Een staat waarin moraal, spontaniteit en creativiteit op de voorgrond treden, los van elk vooroordeel en oplossingsgericht handelen. De connectie en sociale omgeving is niet weg te cijferen als steunende basis.

Toch is het mogelijk om verschillen of variaties in prestatieniveaus vast te stellen. Daarin merken de auteurs van het boek op dat de focus ligt in de ondersteunende basis, de connectie met de vrijdenkende leider of coach. Het zijn mensen die de stelling “zo is het nu eenmaal” niet accepteren. Ze kijken naar hun wereld door de lens van onderzoek in plaats van dogma. Ze willen weten hoe de dingen echt zijn. Topcoaches laten zich dan ook omringen door experts die hen voeden met informatie en waar de coach op zijn beurt hen uitdaagt.

DE SCHOONHEID VAN HET UNIEKE

Vandaar dat vrijdenkende leiders de kracht en schoonheid van het unieke herkennen. Elke persoon is uniek en heeft zijn of haar sterktes. Daarin ligt de kracht om zich te onderscheiden met talent. Wanneer de coach aandachtiger is voor al deze kenmerken in combinatie met objectieve ontwikkeling van teamleden of atleten, dan heeft hij/zij de sleutel tot succes in handen.

Het is belangrijker om teamleden de informatie te geven die ze nodig hebben in plaats van de inlichtingen die de coach denkt dat de atleet nodig heeft. Dikwijls vertrekt de begeleider vanuit een standaard “ideaal model” van excel-

lentie en vergelijkt hij/zij de atleet hiermee. Herhaaldelijk vertellen coaches wat atleten ontbreken of hoe ver de kloof is van die excellentie. Dat verschil moeten atleten goedmaken. We weten dat uniformiteit de efficiëntie niet verhoogt en dat het de betrokkenheid en productiviteit vermindert. Topcoaches vestigen hun aandacht op de sterktes van de atleet en formuleren zijn/haar excellentie in relatie tot zijn/haar sterktes. Zij creëren een leeromgeving waarin ze extra accenten leggen of handelingen/acties benadrukken die zeer productief zijn. Atleten vinden in topcoaches iemand die met hen reflecteert over hun vruchtbare acties en handelingen. De analyse en bevraging zorgen ervoor dat de atleet inzicht krijgt in zijn/haar eigen handelingen. Dit is een verschil met het louter en alleen prijzen van resultaten, want daar wordt de sporter niet beter van.

(ZELF)KENNIS IS WIJSHEID

De coach die aandacht heeft voor de atleet en met hem of haar frequent afsprekt, verzamelt kennis om het proces te ondersteunen. Atleten begrijpen zo duidelijk wat ze van hen verwachten en kunnen zo ook elke dag hun sterktes inzetten. Tussen de sporter en coach ontstaat er een diepe vertrouwensband waarin ze regelmatig informatie uitwisselen. De coach leert zo meer over elke atleet zijn/haar momentum om hen procesmatig daarop te laten focusse. De aandacht en erkenning van de sporter zijn werk verschilt volledig van de klassieke vorm van feedback. Een topcoach brengt geregeld een duidelijke en bondige authentieke reactie op wat de atleet aan het doen is.

Als mens is het ons natuurlijke instinct om te overleven door te kijken naar de zaken die fout kunnen gaan of naar mensen hun werkpunten. Van daaruit vertrekken we om iets te verbeteren. Dit komt omdat wij denken dat excellentie het tegenovergestelde is van falen. Recente studies tonen zelfs aan dat het nuttiger is voor het leerproces om de zaken of momenten die correct verlopen onder de aandacht te brengen. Angst kan onze realiteit niet bepalen en zal ervoor zorgen dat we verkeerde beslissingen nemen. Topcoaches maken atleten bewust van wat ze goed doen om dit dan te herhalen. De basis van hun talent of patronen

van uitmuntendheid worden dan hun toekomstige succes. Om de prestaties van atleten te laten groeien geven coaches feed-forward in plaats van feedback door te reageren op hun resultaten en wat ze goed doen. Atleten die in zo'n omgeving trainen zullen door de vertrouwensrelatie en de geïnstalleerde cultuur in het team zelf beginnen vragen naar de inzichten van de coach.

De atleet zijn zelfkennis zal systematisch groeien en zo leren zij hun krachten goed te kanaliseren om ze verstandig toe te passen. Wanneer ze een sterkte onverstandig toepassen, bereiken ze niet het gewenste resultaat. Topcoaches leren atleten nooit hun krachten te verlagen maar effectief en efficiënt in te zetten.



Niet alle coaches begeleiden op precies dezelfde manier, waardoor ook zij uniek zijn. Velen onderscheiden zich van anderen door een, twee of meerdere kenmerken waarin ze uitblinken en die belangrijk zijn voor henzelf. Atleten volgen hen omdat zij de kwaliteit hebben om zekerheid te bieden naar de toekomst toe. Een vrijdenkende coach is een leider die mensen engageert en laat bewegen.

*Jon Strubbe
Consultant - High Performance Sport Psychologist bij TICKA, Tick Your Talent*

Unified Netbal Poperinge

EEN GESLAAGDE SAMENWERKING TUSSEN DAMESVOLLEYBAL BEAPHAR POPERINGE EN DE LOVIE

Vanuit Special Olympics wordt sterk ingezet op de ontwikkeling van Play Unified-activiteiten. Het idee is ambitieus en eenvoudig tegelijk: Play Unified brengt sporters met en zonder verstandelijke beperking met elkaar in contact. Samen sporten, samen emoties beleven, een overwinning vieren of een nederlaag slikken, zorgt voor meer wederzijds begrip. Klinkt simpel, maar is het in de praktijk zo eenvoudig? Ik legde mijn oor te luisteren bij Griet D'Hooghe van volleybalclub Beaphar. Sinds een drietal jaar nemen de Poperingse volleybalsters het regelmatig op tegen de netbalt ploeg van de Lovie.

Hoe kwam de samenwerking tussen Beaphar en de Lovie tot stand?

Volleybal Vlaanderen beloont via het Jeugdsportfonds clubs die investeren in hun jeugdwerking. Elke club krijgt punten op basis van een aantal criteria, en hoe meer punten, hoe meer middelen de club ontvangt uit het fonds. Sporten met andersvalide spelers levert extra punten op. Koen, een van onze bestuursleden, werkt bij de Lovie. Hij wist dat daar een netbalt ploeg aan de slag was, en we zijn beginnen brainstormen over welke samenwerking mogelijk zou zijn. Zo kwam Unified netbal in Poperinge tot stand.



Hoe gingen jullie concreet van start?

In 2017 speelden we voor het eerst een netbaltmatch tegen elkaar. Sinds 2018 gaan we een stapje verder en organiseren we vier wedstrijden per seizoen, deze staan op onze clubkalender tussen de andere matches.

We spelen 2 à 3 sets tegen elkaar, in de afsluitende set worden de ploegen door elkaar gemengd. Wij, van Beaphar, vinden de gemengde sets het leukst. Maar de spelers van de Lovie spelen het liefst tégen ons, winnen van Beaphar, dat is hun doel!

Gaan jullie even hard voor de winst als bij andere wedstrijden?

Tijdens de eerste wedstrijd was het nog wat aftasten: zagen we dat iemand minder goed kon vangen, dan gooiden we eens een gemakkelijke bal, of we gooiden meer naar de anderen. Tegenwoordig is dat niet meer zo. Er zitten een paar gasten bij die echt goed zijn. Ik denk aan Kenny, hij heeft veel talent: hij springt hoog, smasht, kan moeilijke ballen vangen, ... Wanneer hij aanvalt, zetten we ons schrap. Op onze facebookpagina krijgen we soms een bericht van iemand van de Lovie in de trant van: "Nog tien dagen en dan spelen we tegen elkaar, Beaphar zal verliezen!" Zij gaan voor de overwinning, dus wij ook. We behandelen hen heus niet met fluwelen handschoenen.



Zijn er dingen die moeilijker verlopen?

Het is wat puzzelen om datums te vinden die voor iedereen passen. En meestal moet ik even zoeken naar zes spelers voor de Unified wedstrijden, want deze komen bovenop de andere volleybalmatches. Maar voor de rest, ... nee eigenlijk. Van de eerste seconde was duidelijk dat dit een win-winsituatie was. Ik sprak daarnet over het jeugd-

sportfonds, maar ondertussen zijn we zo overtuigd van deze samenwerking, dat we ook verder zouden doen zonder die extra middelen.

Het doel van Play Unified is intergratie van andersvalide atleten. Hoe zetten jullie hierop in?

We plannen de Unified wedstrijden op dagen dat er ook andere wedstrijden zijn, zodat er veel supporters zijn. En dat werkt echt, het publiek blijft hangen om de matches tegen de Lovie te zien, want je wordt er spontaan blij van. Ook de ouders van de spelers komen om te supporteren en te genieten van de wedstrijd. De sfeer is competitief, maar tegelijk ook vriendschappelijk en familiair. Mijn oudste dochter speelt mee, mijn jongste dochter nog niet, maar zij staat dan bijvoorbeeld aan het scorebord. Het is echt mooi om te zien hoe spontaan kinderen omgaan met de spelers van de Lovie.

We groeien geleidelijk aan naar elkaar toe. Het vorige seizoen sloten we af met een receptie waar iedereen met iedereen praatte. Begin dit seizoen mocht onze ploegenvoorstelling doorgaan in de Lovie. Zowel de seniorenploegen van Beaphar als de netbalt ploeg van de Lovie werden er voorgesteld op het podium.



Hebben jullie nog plannen voor de toekomst?

Ik droom ervan om Smashvolley op te starten. Dat is een variatie op volleybal waarbij twee duo's het tegen elkaar opnemen. De huidige spelers van de Lovie spelen liever netbal, maar wie weet sluiten er nieuwe mensen aan die Smashvolley wel zien zitten.

Heb je tips voor sportverenigingen die zo'n samenwerking op poten willen zetten?

Een brugfiguur tussen beide werelden is belangrijk. Een bestuurslid of een speler die contacten heeft met een voorziening voor andersvaliden. Maar weet je, eraan beginnen is eigenlijk de boodschap. Want wanneer ik dit hier allemaal vertel, verschijnt er spontaan een glimlach op mijn gezicht

Lore Alleman

Sport en gezondheid

‘Een gezonde geest in een gezond lichaam!’ Of om de Latinisten een plezier te gunnen, ‘Mens sana in corpore sano!’ Wie kent deze tweeduizend jaar oude spreuk niet? De Romeinen en hun tijdsgenoten voelden reeds intuïtief aan dat bewegen en sporten goed was voor de (geestelijke) gezondheid. Het zou wel nog duren tot de 16de eeuw vooraleer intuïtie alleen niet meer volstond en het belang van waarnemingen en experimenten binnen de wetenschap almaar toenam. De Wetenschappelijke Revolutie en de premature stapjes van de Verlichting waren een feit, met grondleggers als oa René Descartes en Francis Bacon. De geneeskunde profiteerde mee op de golven van deze fundamentele verandering in het wetenschappelijk denken. De Brusselaar Andreas Vesalius legde in 1543 de basis van de anatomie met zijn ‘De humani corporis fabrica’ (Over de samenstelling van het menselijk lichaam), hetzelfde jaar waarin Copernicus’ Heliocentrisme het levenslicht zag. De volgende drie eeuwen waren gekenmerkt door ingrijpende veranderingen in inzichten in verschillende wetenschappelijke domeinen. De Kerk verloor stilaan haar conservatieve impact op deze (r)evolutie.

Zo nam ook de kennis van de ziektebeelden zeer snel toe. Midden 19de eeuw bewees Louis Pasteur het oorzake-lijk verband tussen ziekten en levende micro-organismen (bacteriën, virussen). Een enorme stap vooruit. Sterilisatie van instrumenten, wondverbanden en nieuwe (chirurgische) technieken in de wondzorg werden met succes geïntroduceerd. Naast de verbeterde voeding en huisvesting, was het aandeel van betere hygiëne en de beheersing van infectieziekten in de daling van de sterftcijfers groot. Van 1870 tot 1940 steeg de gemiddelde levensverwachting in België maar liefst van +/- 40 naar 70 jaar! Deze medicalisering van de samenleving zorgde voor de Epidemiologische Transitie. De belangrijkste doodsoorzaak verschoof in die periode van (acute)infecties naar chronische, leefstijl-gebonden ziekten.

Veel van de heersende algemene kennis over hartziekten, zoals de effecten van voeding, de gevolgen van roken, overgewicht, hoge bloeddruk, cholesterol en veel voorkomende medicijnen zoals aspirine, is gebaseerd op de Framingham Heart Study.

Wanneer u vandaag uw pilletje neemt voor de te hoge bloeddruk of het te veel aan cholesterol, dan is dit te danken aan de stad Framingham in de VS. In 1948 startte men er een grootschalig onderzoek bij een kwart van de inwoners. De bedoeling was hart- en vaatziekten op te sporen, via een langdurige opvolging en registratie van individuele kenmerken binnen een grote groep van +/- 5000 mensen.

Tot dan toe lag de klemtoon in de geneeskunde voornamelijk bij het curatieve. Een beetje zoals wijlen Jean-Luc Dehaene, namelijk de problemen oplossen wanneer ze zich stellen. Een politicus komt hiermee weg, maar in de gezondheid is het nog altijd beter voorkomen dan genezen. Er was dus heel weinig bekend over de epidemiologie van cardiovasculaire aandoeningen zoals hypertensie, hartinfarcten en beroertes. Oorspronkelijk wilden de initiatiefnemers de studie afsluiten na 20 jaar, maar door het succes en de baanbrekende resultaten werd het onderzoek uitgebreid en loopt het nu nog steeds over verschillende generaties.



Vandaag kunnen we vrij accuraat het risicoprofiel van een persoon opstellen waarmee we afleiden op basis van een aantal risicofactoren (persoons- en omgeving gebonden kenmerken) of er een licht, matig tot sterk verhoogde kans is op hart- en vaatziekten. Hypertensie, overgewicht, suikerziekte, te hoge cholesterolwaarde, roken, genetische aanleg ... en de lijst wordt groter en meer performant. Eén risicofactor verdient wat meer aandacht. Namelijk lichaamsbeweging! Of beter gezegd, het gebrek er aan. Het belang ervan neemt de laatste decennia alsmaar toe. We komen hier dus terug bij de Romeinen en hun ‘in corpore sano’. Het gezonde lichaam.

Toen onderzoekers voor het eerst een causaal verband vaststelden tussen een sedentair leven (wanneer zittende activiteiten het merendeel van de dag uitmaken) en verhoogd voorkomen van chronische hartziekten, schreef men dit toe aan de invloed van andere risicofactoren. Bijvoorbeeld, wie een sedentair leven leidt, lijdt immers gemiddeld meer aan zwaarlijvigheid, heeft gemiddeld een hoger suikergehalte en een hoger vetgehalte in het bloed. Zo beïnvloedt het gebrek aan beweging onrechtstreeks onze gezondheid negatief. Maar er is meer aan de hand. Meerdere en recente studies tonen aan dat veelvuldig sporten een onafhankelijke positieve invloed uitoefent op de gezondheid. Ongeacht andere risicofactoren. Dit wil zeggen; een sportieve levensstijl geeft sowieso een gedeeltelijke bescherming tegen de gevolgen van hoge cholesterol, roken en obesitas, en die bescherming wordt nog eens versterkt omdat overgewicht, suiker en bloeddruk erdoor kan dalen.

Hoe zit het met de intensiteit van sporten? Hoe intensiever men sport, hoe groter de stijging van de levensverwachting. Er heerste wat discussie omtrent het feit of topsporten wel gezond is. M.a.w. of 'tot het uiterste gaan' het risico op hartlijden terug verhoogt. Heel recent wordt ook dit stilaan tegengesproken. Elitesporters hebben een betere levensverwachting dan de gemiddelde persoon. Dit wil niet zeggen dat zware fysieke inspanningen op zichzelf geen risico inhouden, maar dit weegt blijkbaar statistisch niet op tegen de duidelijk betere gemiddelde levensverwachting van een topsporter.

Wat mogen we nu besluiten? De Romeinen hadden meer dan gelijk.

We weten ondertussen uit ander onderzoek dat sportieve mensen ook beter beschermd zijn tegen baarmoederslijmvlies-, borst- en dikke darmkanker. Dat botontkalking erdoor wordt tegengegaan en dat psychosociale problemen als depressie en angst kunnen vermeden worden. En dat het zenuw- en spierstelsel beter wordt onderhouden met o.a. een daling van het valrisico bij ouderen.

Geen twijfel. Sporten en bewegen geeft ons de beste garantie op een lang en gezond leven. Dit geldt voor iedereen en op elke leeftijd. Medicatie is noodzakelijk bij enkele specifieke hoge risico situaties, maar het belang van sporten wordt nog steeds enorm onderschat. Zeker preventief, maar ook curatief. Het vergt wel een inspanning, figuurlijk en letterlijk.

Hoewel, 3 maal een halfuurtje per week, geeft al een duidelijk positief effect.

Doen, gewoon doen...

Guido Van Gheluwe
huisarts

Sporters beleven meer... in Koksijde!

We ontmoeten Dirk Dawyndt, Schepen van sport, en Dries Van Den Broucke, sportpromoter, op de sportdienst van Koksijde. Ze zijn beide gepassioneerd door sport, vanuit hun persoonlijke beleving, maar ook als toeschouwer genieten ze van sportieve prestaties. In Koksijde vinden ze alvast hun gading, want de gemeente blinkt uit met hun sportbeleid.



Is Koksijde een sportieve gemeente?

Zeker! In een nationale enquête scoort Koksijde goeie punten op het sportbeleid. We staan in de top 10 van de meest sportieve steden en gemeenten. Niet slecht, toch?!

Wie zijn al die sportivo's?

Enerzijds richten wij ons tot een ouder publiek. In Koksijde wonen behoorlijk wat gepensioneerden en dat zijn mensen met veel vrije tijd. Bij het samenstellen van ons sportaanbod houden wij dus zeker rekening met die doelgroep. Anderzijds bieden wij ook heel wat sportactiviteiten aan voor jonge mensen en gezinnen die in Koksijde hun vakantie doorbrengen of hier een weekend logeren.

Wat maakt het sportaanbod in Koksijde uniek?

Heb je even tijd? (lacht)

Bijvoorbeeld: we hebben in Koksijde een mountainbikeparcours dat heel druk bereden wordt. Dat parcours, de Paul Herygers-route, is een prima uitgepilde tocht en één van de mooiste van de kust! We promoten dat parcours sterk, zowel bij de inwoners als bij de toeristen, om te vermijden dat er aan wild mountainbiken gedaan wordt. We willen onze duinen, de fauna en de flora immers beschermen voor schade door fietsers. Achter de begraafplaats in Oostduin-

kerke werd net een prachtig nieuw stuk toegevoegd aan de Herygers-route, zeker de moeite waard! Jaarlijks organiseren we een tweetal tourritten op dat parcours. Onze Halloween mountainbiketocht is écht een aanrader! Een avondrit die begint om 19u en volledig aangekleed wordt in Halloweenstijl. Daar zorgen onze medewerkers en een 20-tal vaste vrijwilligers voor.

Koksijde is in de ban van de fiets! Is de cyclocross ook een initiatief van de gemeente?

Neen, de cyclocross is eigendom van vzw de Koksijdse Verenigde Vrienden. Vanuit de gemeente bieden wij hen wel alle logistieke en financiële hulp die nodig is om dit evenement te organiseren. De vzw werkt nauw samen met de sportdienst. Dat moet ook, want zo'n cross is té groot om alleen te dragen.

Zo'n wereldbekermanche, dat geeft de gemeente toch een stukje prestige?

Natuurlijk. Zowel met de mountainbiketourritten als met de cyclocross proberen wij de aandacht te vestigen op Koksijde in een periode waarin er sowieso weinig te doen is aan de kust. Ook in de winter willen wij ons beste beentje voorzetten en tonen hoe mooi onze gemeente is. Sportevenementen lenen zich daar uitstekend voor! Er keken meer dan een miljoen mensen naar het WK veldrijden op tv. De camerabeelden van de helikopter die over de kustlijn vliegt, die beelden van de duinen en de molen... Da's de beste reclame voor Koksijde!

Dus eigenlijk wordt er zoveel geïnvesteerd in sport vanuit toeristisch oogpunt?

Deels wel ja. De eenmalige activiteiten zijn er om zowel de inwoners van Koksijde als de toeristen te plezieren, maar ook voor de toeristische promotie van de gemeente. We zijn nu eenmaal een kustgemeente hè, toerisme is hier enorm belangrijk!

Wordt er ook ingezet op sport voor kinderen en jongeren?

In de herfst- en paasvakantie en in de grote vakantie organiseren wij sportkampjes voor kleuters en lagere schoolkinderen. Die zijn quasi altijd volzet. Niet alleen de inwoners van Koksijde en de buurgemeenten schrijven hun kinderen hiervoor, maar ook de toeristen die hier op vakantie komen laten hun kinderen deelnemen aan die kampen.

Jullie hebben een ruim aanbod aan jaarlijks terugkerende evenementen, maar ik zie ook dat jullie over een mooie sportaccommodatie beschikken.

We doen ons best! We hebben de laatste jaren heel wat geïnvesteerd in het golfterrein, het voetbalveld, de tennisclub, etc. Ons golfterrein telt 18 holes en de club heeft meer dan 1000 leden! Een gigantisch succes! Maar ook de indoortennishal – de enige in de streek – is voortdurend bezet, wat betekent dat die investering zeker de moeite loont. Binnenkort starten we met de aanleg van een hockeyveld. Momenteel speelt onze hockeyclub op een gewoon voetbalveld in Veurne, maar dat veld is niet geschikt voor deze sport. Veel mensen staan te popelen tot dit speciale hockeyveld, waar altijd een laagje water op blijft staan, klaar is. Hockey zit enorm in de lift sinds België het EK won!

Wat staat er nog op het programma?

In 2020 organiseert Koksijde het BK tijdrijden. Toen deze koers aan ons werd toegekend, was deze sport nog niet zo populair. Maar nu hebben we een paar zeer goeie Belgische tijdrijders en dus hebben we geluk, want toen ik vorig jaar naar de wedstrijd in Middelkerke ging kijken was er enorm veel volk. Ook volgend jaar vindt de nationale wandeldag plaats in Koksijde. Er worden vijf à zes afstanden tussen de 5 en 70km aangeboden in en om Koksijde. Zeker een aanrader! En binnenkort willen we eens bekijken of er animo is voor de aanleg van een BMX-parcours, tegenwoordig is dat een olympische discipline. Natuurlijk doen we eerst een marktonderzoek. Als er geen interesse voor is, dan beginnen we er niet aan.

Zijn er sporten die je niet kan beleven in Koksijde?

Euh... geen idee! (lacht)

Nele Deblauwe



Jonkies



Rhune

Rhune Sabbe

5.000 leerlingen engageerden zich op 17 oktober om een dag te gaan werken voor de YOUCA Action Day. Met het loon dat ze die dag verdienden, 55 euro, steunen ze een jongerenproject in Guinee en twee Belgische projecten. Wij mochten in het huisvandeMens ook een YOUCA-jongere verwelkomen: Rhune. Eén van haar taken was het schrijven van een artikeltje voor de jongerenrubriek van de Sprokkel.

Ik ben Rhune Sabbe en ik ben 16 jaar oud. Ik woon in Poperinge en zit in het vijfde jaar technische sport in Atheneum Ieper. Ik doe de richting heel graag omdat er veel afwisseling is tussen theorievakken en sport. Op school hebben we 13 uur sport tijdens de week en buiten school volg ik dansles op maandag. Ik doe moderne dans en doe het heel graag omdat je er heel veel gevoel in moet stoppen. In mijn vrije tijd vind ik het ook leuk om met vriendinnen te gaan lopen of eens samen iets te gaan drinken. Op school koos ik ervoor om Zedenleer te volgen. Twee jaar geleden zat ik in Poperinge op school: Het Onze-Lieve-Vrouwe Instituut, daar had je de keuze niet om zedenleer te volgen. Ik ben blij dat ik nu wel zedenleer kan volgen, want ik heb er heel wat bijgeleerd. Doorheen mijn

schooljaren heb ik gemerkt dat er een groot verschil is tussen godsdienst en zedenleer. In zedenleer kan je je eigen mening uiten en wordt er ook naar geluisterd, en in godsdienst gaat het meer over een bepaald geloof. Mijn levensmotto is de zin "Be yourself because an original is worth more than a copy." Het betekent dat je altijd jezelf moet zijn en dat vind ik zelf ook heel belangrijk. Ook: "Een dag niet gelachen is een dag niet geleefd," het leven is te kort om te blijven piekeren over de slechte dingen. Mijn droom voor de toekomst is om me goed te blijven inzetten, zodat ik later een job heb die ik graag doe. Gelukkig en gezond zijn is natuurlijk ook belangrijk. En vooral dat ik nog veel mooie momenten mag beleven met mijn vrienden en familie. Een paar belangrijke waarden voor het vrijzinnig humanisme die er voor mij uitspringen zijn: gelijkwaardigheid, respect, solidariteit, liefde en geloof in de mens. Iedereen is vrij om een eigen mening te hebben en die te uiten, iedereen zijn mening wordt gerespecteerd.

(De foto is genomen op YOUCA dag, Rhune sorteert kledij voor de Warmste Closet Sale)

Inrichting tentoonstelling Euro-Kartoenale

Organisator Willemsfonds
Veurne-De Panne-Koksijde
Datum vanaf vrijdag 6 december 2019 tot zaterdag 11 januari 2020
Uur opening tentoonstelling vrijdag 6 december om 19u30
Locatie: Gemeentehuis De Panne, Zeelaan 21
Prijs gratis
Info ivan.winnock@skynet.be

Voor de 22ste editie van de Euro-Kartoenale werd gekozen voor het thema 'De Muur', geïnspireerd door de 30ste verjaardag van het vallen van de Berlijnse muur en het feit dat we vandaag over de ganse wereld nieuwe grensmuren zien ontstaan. Maar liefst 985 cartoonisten uit 87 verschillende landen (een absoluut record) stuurden 2750 cartoons in. Dagelijks te bezoeken van 9u tot 12u en van 13u tot 17u, gesloten op zondag en op 25 december en 1 januari.



Nieuwjaarsdrink 2020

Organisator Vrijzinnig Huis Koksijde
Datum: zondag 26 januari
Uur 11u
Locatie Vrijzinnig Huis Koksijde, Galloperstraat 48
Prijs gratis

Het bestuur van het Vrijzinnig Huis Koksijde nodigt je uit om samen het glas te heffen op een vredig, gezond en vooral zéér actief 2020. We laten ons muzikaal verwennen door Stefaan Demoen uit Koksijde met Happy Strings.



Info Joeri Stekelorum - 058 52 04 61

Statutaire vergadering met middagmaal

Organisator Willemsfonds
Veurne-De Panne-Koksijde
Datum zaterdag 1 februari
Uur 12u
Locatie La Grande Mare, 150 Rue Albert 1er, 59123 Bray-Dunes
Prijs nog te bepalen, enkel voor leden

Statutaire vergadering met financieel verslag, verslag van de gehouden activiteiten en het voorstellen van de geplande activiteiten voor 2020.



Info en inschrijven ivan.winnock@skynet.be

Een tiener in huis

Organisator Humanistisch Verbond Westhoek, Vrijzinnig Huis Koksijde en huisvandeMens
Datum donderdag 13 februari
Uur 20u
Locatie Vrijzinnig Huis Koksijde, Galloperstraat 48
Prijs gratis

Hoe belangrijk zijn we voor onze kinderen in de tienerjaren? Hoe kunnen we tot hen doordringen zonder de zeurende ouder te zijn? Hoe vermijden we dat onze kinderen de deur achter zich dicht trekken en wij verweesd achterblijven? Spreekster is Heidi Deboosere, zelf moeder van 4 kinderen en coach bij de aanpak van kinderen met gedrags-, emotionele-, psychosociale problemen en/of moeilijkheden in de opvoeding.



Info en inschrijven 058 51 90 94 - denisevandermeiren52@gmail.com

Workshop DIY lichaamsverzorging uit de natuur

Organisator huisvandeMens
Diksmuide
Datum donderdag 13 februari
Uur 19u30
Locatie huisvandeMens, Esenweg 30, 8600 Diksmuide
Prijs gratis

Welkom in de wereld van de geneeskrachtige kruiden! Wist je dat goudsbloemzalf helend is voor wonden? Duizendblad de redder bij neusbloedingen? En smalle weegbree insectenbeten verzacht? We gaan aan de slag met kruid en onkruid voor een natuurlijke huisapotheek. Tijdens deze workshop maak je een zalf voor wonden en een lippenbalsem met bijenwas. Ondertussen genieten we van een wildekruidenthee, wat folklore en volksremedies. Plantengeheimen verzekerd.



Info en inschrijven 051 55 01 60 of diksmuide@demens.nu

De Palestijnse Kwestie - Lezing door Brigitte Herremans

Organisator Vermeylenfonds
Koksijde-Oostduinkerke en UPV
Westkust
Datum donderdag 20 februari
Uur 14u30
Locatie Vrijzinnig Huis Koksijde,
 Galloperstraat 48
Prijs 5 euro, leden 3 euro
 (koffie inbegrepen)

De voortdurende spanningen tussen Israël en de Palestijnen zijn een permanente bedreiging voor het labiele evenwicht in het Midden-Oosten. Hoe zijn de problemen ontstaan? Welke is de huidige stand van zaken en liggen er oplossingen in het verschiet? Een grondige analyse en getuigenis door een Midden-Oosten-experte en ervaringsdeskundige, verbonden aan het Human Rights Centre Ugent.

Vermeylenf()nds



Info Marc Mortier - 0475 97 21 98 - marc-mortier@telenet.be

De kracht van de hoop - Bleri Lleshi

Organisator Vermeylenfonds
Koksijde
Datum donderdag 12 maart
Uur 14u30
Locatie Vrijzinnig Huis Koksijde,
 Galloperstraat 48
Prijs 5 euro, leden 3 euro
 (koffie inbegrepen)

Er is veel negativisme: positieve dingen komen weinig in beeld. Veel mensen zijn wanhopig. Wij kunnen dit ombuigen door te kijken naar hoop. Bleri wil laten zien dat er ook alternatieve hoop is. Hij wil ons prikkelen om er over na te denken. Je hebt mensen die de hoop opgeven en die worden gedemotiveerd. Er ontstaat angst en geslotenheid. Actieve hoop is anticiperen door actie te voeren en niet gewoon te wachten op het resultaat. Bleri legt stap voor stap uit aan de hand van voorbeelden hoe je de macht van onderuit kan opbouwen en dat men niet machteloos is om verandering te brengen. Mensen beseffen onvoldoende dat ze een bron van macht en verandering kunnen zijn.

Vermeylenf()nds

Info Maurits De Picker - 0477 29 38 37 - depicker.maurits@skynet.be

Infosessie 'Een waardig levenseinde'

Organisator huisvandeMens
Diksmuide
Datum dinsdag 17 maart
Uur 19u30 – 21u30
Locatie huisvandeMens
 Diksmuide, Esenweg 30, 8600
 Diksmuide
Prijs gratis

Tijdens deze infosessie krijg je info over mogelijke beslissingen bij het levenseinde: euthanasie, weigeren van behandelingen (patiëntenrechten), orgaandonatie, lichaam schenken aan de wetenschap, uitvaart... Via voorafgaande wilsverklaringen kan jij de regie over jouw leven en het levenseinde mee in handen nemen! Het invullen van deze wilsverklaringen is geen kwestie van een paar minuutjes werk. Er gaat een heel denkproces aan vooraf en dan nog zijn er heel wat vragen. Een medewerker van het huisvandeMens biedt je een heldere uitleg over hoe de wetgeving in elkaar zit, overloopt samen met jou de verschillende formulieren en bovendien is er voldoende tijd voor al jouw vragen.



Info en inschrijven 051 55 01 60 - diksmuide@demens.nu

Bijwonen concert 'A New World'

Organisator Willemsfonds
Veurne-De Panne-Koksijde
Datum donderdag 19 maart
Uur 20u
Locatie Concertgebouw
 Brugge, 't Zand 34
 (samenkomst in foyer om
 19u30)
Prijs nog te bepalen

Het Symfonieorkest Vlaanderen brengt 'A New World' met o.a. werk van Dvovák en Korngold. Pierre Bleuse – dirigent, Liza Ferschtman – viool.



Info en inschrijven hedwig.franchois@skynet.be

4e Quizt'et

Organisator Vrijzinnig Huis
Koksijde i.s.m. huisvandeMens
Diksmuide
Datum Vrijdag 20 maart
Uur deuren: 18u45 – start: stipt
19u30
Locatie Vrijzinnig Huis Koksijde,
Galopperstraat 48
Prijs toegang gratis, deelname
kwis € 10,- per ploeg

Kwisploegen van 4 personen – min. 10 en max. 15 ploegen – snel zijn is de boodschap! ALTIJD PRIJS. Prijzen in natura (geen geldprijzen) Inschrijven voor 4 maart 2019 en vooraf betalen: Vrijzinnig Huis Koksijde BE81 0012 6878 1824 met vermelding: 4e QUIZT'ET + naam kwisploeg. Ook zij die niet deelnemen aan het spel maar van de gezellige sfeer en van de spanning willen meegenieten, kunnen gedurende het spel rustig een drankje nuttigen aan de bar.



Info en inschrijven: denisevandermeiren52@gmail.com - 058 51 90 94 (vóór 4 maart)

Straffen op mensenmaat

Organisator Vrijzinnig Huis
Koksijde, Vermeylenfonds
Koksijde-Oostduinkerke,
huisvandeMens
Datum donderdag 26 maart
Uur 14u30
Locatie Vrijzinnig Huis Koksijde,
Galopperstraat 48
Prijs: gratis

In deze lezing stelt advocaat Walter Van Steenbrugge ons huidige Belgische strafsysteem in vraag. Hij maakt duidelijk dat, in discussies over bestraffing, voorzichtigheid en nuancering nodig zijn. Want over iemand z'n leven oordelen is wellicht het moeilijkste wat er bestaat. Advocaat Walter Van Steenbrugge verwierf bekendheid als strafpleiter in enkele spraakmakende assisenzaken. Samen met zijn vennoot, Christine Mussche, vertegenwoordigt hij enkele tientallen slachtoffers van seksueel misbruik in de kerk.



Vermeylenf()nds



Info en inschrijven vrijzinnighuiskoksijde@gmail.com

Avondbezoek aan tentoonstelling

Organisator Willemsfonds
Veurne-De Panne-Koksijde
Datum woensdag 1 april
Uur 19u30
Locatie Galerij Emergent,
Grote Markt 26, Veurne
Prijs nog te bepalen,
facultatieve drink na het
bezoek

Avondbezoek met gids aan kunstgalerie voor moderne kunst ingericht in het 16de eeuwse 'Huis De Valk'.



Info en inschrijven ivan.winnock@skynet.be

Vierdelige reeks 'weerbaarheid'

Organisator huisvandeMens
Diksmuide
Datum donderdagen 23 en 30
april, 7 mei en 14 mei
Uur 19u30
Locatie huisvandeMens
Diksmuide, Esenweg 30
Prijs gratis

Deze vierdelige weerbaarheidstraining zal je helpen om positieve en negatieve gevoelens te uiten zonder dat je hierbij schuldgevoel, stress of angst ervaart. Het doel is groeien in zelfvertrouwen, zelfbeheersing en zelfrespect. Tijdens een weerbaarheidstraining wordt er veel geoefend. Dit maakt de training niet alleen effectief, maar ook heel leuk. Begrijpen door te ervaren!



Info en inschrijven diksmuide@demens.nu, 051 55 01 60 (plaatsen beperkt!)



ZONDAGEN IN HET VRIJZINNIG HUIS KOKSIJDE

Elke zondag is het ontmoetingscentrum

open van 11u. tot 13.30u.

Ideaal voor een gezellige babbel en een drankje!



Infosessie waardig levenseinde in het huisvandeMens Diksmuide!

Tijdens deze infosessie krijg je info over mogelijke beslissingen bij het levenseinde: euthanasie, weigeren van behandelingen (patiëntenrechten), orgaandonatie, lichaam schenken aan de wetenschap, uitvaart...

Via voorafgaande wilsverklaringen kan jij de regie over jouw leven en het levenseinde mee in handen nemen! Het invullen van deze wilsverklaringen is geen kwestie van een paar minuutjes werk. Er gaat een heel denkproces aan vooraf en dan nog zijn er heel wat vragen. Een medewerker van het huisvandeMens biedt je een heldere uitleg over hoe de wetgeving in elkaar zit, overloopt samen met jou de verschillende formulieren en bovendien is er voldoende tijd voor al jouw vragen.

17/03 van 19u30 tot 21u30

11/06 van 14u tot 16u

13/10 van 14u tot 16u

Deelnemen is gratis.

Inschrijven via diksmuide@demens.nu of 051 55 01 60

huisvandeMens Diksmuide

Esenweg 30, 8600 Diksmuide,

051 55 01 60, diksmuide@demens.nu

De LEIFkaart



De LEIFkaart is een plastic kaart die vermeldt over welke wilsverklaringen je beschikt. Bewaar hem in je portefeuille, zodat artsen en hulpverleners rekening kunnen houden met je wettelijke wilsverklaringen.

Wat staat er op je LEIFkaart?

1 Je naam en rijksregisternummer.

Belangrijk voor de zorgverleners om geregistreerde documenten snel terug te kunnen vinden.

2 Verwijzing naar je wilsverklaringen.

De kaart vermeldt over welke wilsverklaringen je beschikt. De LEIFkaart vervangt de wilsverklaringen niet, maar verwijst er wel naar!

3 Contactpersoon.

De kaart vermeldt ook de naam en het telefoonnummer van een contactpersoon die in het bezit is van jouw wilsverklaringen.

Hoe vraag je een LEIFkaart aan?

Via www.leif.be of neem contact op met huisvandeMens Diksmuide, 051 55 01 60 of diksmuide@demens.nu



Vrijzinnig Huis Koksijde

SPROKKELS uit de voorbije activiteitenkalender

Busuitstap Zaterdag 5 oktober 2019

Bestuurslid François Schaekers had ook nu weer een interessante dagreis uitgestippeld.

Iedereen, behalve de autobus, was tijdig present zodat na het traditioneel startertje en met een kwartiertje vertraging, de buschauffeur de 26 deelnemers, in het kader van de herdenking van de Grote Oorlog voor de eerste stop naar het bezoekerscentrum Westfront te Nieuwpoort bracht. De begeleidende gids vertelde ons het verhaal van de onderwaterzetting van de poldervlakte, waardoor de Duitse invasie voor Nieuwpoort tot staan werd gebracht. Een verhaal over de kracht van het zeewater en het slim dirigeren van sluizen en sassen. Een hoogtepunt van het bezoek was zeker de projectie van het tot leven gewekte IJzerpanorama, oorspronkelijk een schilderij van 115 meter lang bij 15 meter hoog.



Als eerbetoon aan alle slachtoffers van WOI brachten we daarna als tweede stop een bezoek aan de Duits Militaire Begraafplaats te Vladslo. Hier ligt één van de grootste Duitse militaire begraafplaatsen in Vlaanderen, met 25.638 gesneuvelden. Met haar wereldberoemde beeld 'Het treurende ouderpaar' brengt de Duitse expressioniste Käthe Kollwitz hulde aan haar 18-jarige zoon die in 1914 sneuvelde. Beide bezoeken lieten ons even stilstaan bij het zinloos



oorlogsverleden en haar vele onschuldige slachtoffers. Na het welgevoerd ochtendprogramma werd het tijd voor een beetje ontspanning. In restaurant Chaplin konden we dan ook van ons eerste streekbiertje en een smakelijk belegde boterham genieten. Hier werd ook het eerste volksspel gespeeld. Bij het "Shut the box" spel mochten de deelnemers zo weinig mogelijk restpunten scoren. Greta en Pol speelden de finale waarna Pol met 2 restpunten minder zich tot 1e winnaar van de dag mocht kronen.





Vrijzinnig Huis Koksijde

Na een korte busrit brachten we een bedrijfsbezoek aan 't Kapelhof. Een gemengd landbouwbedrijf waar paddenstoelen, oesterzwammen en shiitake het hele jaar door geteeld worden. Freddy Delaplace leidde ons door de oesterzwam- en shiitake cellen waarbij hij het teeltproces 'van schimmel tot oesterzwam' uitlegde. Gezien de teelt momenteel wat vertraging kende, kreeg iedereen na het bezoek ipv oesterzwammen een doosje heerlijke aardbeien van over de "schreve" mee naar huis.



De Nieuwe Appel was onze laatste halte. Hier stonden de volksspelen sjoelbak en krulbol op het programma. Marc Mortier wist 90 punten te bollen en Ellen won de finale sjoelbak van Marie en Christiane. Traditiegetrouw had hier ook de strijd "Trabol" tussen de mannen en vrouwen plaats.



De vrouwen gingen als een flits van start en wisten het eerste spelletje op hun naam te schrijven. Maar het bijhorend streekbiertje en het prachtig verhaal van Marleen over Abele en de 'blauwers en commiezen', brachten hen zeker uit concentratie waardoor uiteindelijk de mannen als winnaars uit de bus kwamen. Na de ook al traditioneel geworden "stoverij met frietjes en sla" had de officiële bedanking en prijsuitreiking plaats. Net zoals bij de VHK Quiz-t'et waren er ook nu geen verliezers en kreeg iedereen nog een zakagenda en een balpen cadeau. Iets voor 21u bracht de bus ons veilig terug tot aan het Vrijzinnig Huis Koksijde. Ook nu was het weerom een toffe, gevarieerde en welgevulde daguitstap. PROFICIAT Coike!



Denise Van der Meiren
vrijwillig medewerker VHK



Vrijzinnig Huis Koksijde

SPROKKELS uit de voorbije activiteitenkalender

Muzikaal live optreden van de band
'The Fabulous Moonrakers'
Vrijdag 18 oktober 2019



Alle erkende vrijzinnige lidverenigingen van het Vrijzinnig Huis Koksijde organiseerden ook dit jaar een muzikale avond. Hiervoor hadden ze deze keer The Fabulous Moonrakers gecontacteerd. Het Antwerps rhythm-and-blues/swing collectief wist in een mum van tijd de hele zaal in de juiste sfeer te krijgen. Om de aanwezigen helemaal in de blues te dompelen werd er deze keer als extra proevertjes voor heerlijk gekruide Chicken Wings en frisse Mojito gezorgd. Wat er voor de vijfde editie in 2020 op het programma staat, is nog niet geweten, maar één ding is zeker: succes wordt verzekerd!

Denise Van der Meiren
vrijwillig medewerker VHK

Aankondigingen



Zondag 26 januari om 11 uur
Nieuwjaarsdrink 2020

Het bestuur van het Vrijzinnig Huis Koksijde nodigt je uit om samen het glas te heffen op een vredig, gezond en vooral een zéér actief 2020.

Programma:

- 11u. deuren open
- 11u30. verwelkoming door Joeri Stekelorum, voorzitter VHK
- receptie
- 13u30u. einde

We laten ons muzikaal verwennen door Stefaan Demoen uit Koksijde met Happy Strings.

Graag je aanwezigheid bevestigen vóór 20 januari 2020 via vrijzinnighuiskoksijde@gmail.com

Tijdens deze Nieuwjaarsdrink kan je ook je lidmaatschap van het Vrijzinnig Huis Koksijde verlengen (€10 voor het hele gezin wonende op hetzelfde adres).



Vrijzinnig Huis Koksijde

Donderdag 13 februari 2020 om 20u
Een tiener in huis

Kleine kinderen , kleine zorgen – grote kinderen grote zorgen. Het klinkt cliché, maar met het aanbreken van de puberteit hebben we het als ouders toch niet altijd gemakkelijk. Het voelt alsof we geen vat meer hebben op onze zoon- of dochterlief. Het lijkt erop dat de vrienden, de schermen, het verleggen van grenzen en de vrijheidsdrang tussen ons en onze kinderen in komt te staan. Maar is dat wel zo? Hoe belangrijk zijn we voor onze kinderen in de tienerjaren? Hoe kunnen we tot hen doordringen zonder de zeurende ouder te zijn? Hoe vermijden we dat onze kinderen de deur achter zich dichtgooien en wij verweesd achterblijven? De spreekster is Heidi Deboosere, zelf moeder van 4 kinderen. Ze coacht ouders bij de aanpak van kinderen die te maken hebben met gedrag-, emotionele-, psychosociale problemen en/of moeilijkheden in de opvoeding. www.opvoedingstips.be



Gratis toegang
Inschrijven:
denisevandermeiren52@gmail.com - 058 51 90 94

Vrijdag 20 maart om 19u30 - deuren: 18u45
4e QUIZT 'ET



Verwacht je niet aan een klassieke encyclopedische 'ik-weet-meer-dan-alle-andere' kwis. Het wordt een gevarieerde kwis rond een aantal thema's. Iedereen kan meedoen en het is in de eerste plaats de bedoeling dat we een fijne avond beleven.

Praktisch:

- kwisploegen van maximum 4 personen
- voorinschrijving € 10 per ploeg
- minimum 10 / maximum 15 ploegen

prijzen in natura (geen geldprijzen)

ALTIJD PRIJS!

Inschrijven: denisevandermeiren52@gmail.com - 058 51 90 94 (vóór 4 maart)

Voorafbetaling: Vrijzinnig Huis Koksijde BE 81 0012 6878 1824 met vermelding : 4e QUIZT 'ET + naam kwisploeg

Ook zij die niet deelnemen aan het spel maar van de gezellige sfeer en van de spanning willen meegenieten, kunnen gedurende het spel rustig een drankje nuttigen aan de bar.



Vrijzinnig Huis Koksijde

Donderdag 26 maart om 14u30
Straffen op mensenmaat - Walter Van Steenbrugge



In deze lezing stelt advocaat Walter Van Steenbrugge ons huidige Belgische strafsysteem in vraag. Met zijn kenmerkende gedrevenheid pleit hij voor meer zorgvuldigheid op alle gebied: bij het opstellen van wetten en procedureregels, tijdens het onderzoek, bij de strafuitvoering... Met zijn bedenkingen wil hij duidelijk maken dat, in discussies over bestraffing, voorzichtigheid en nuancering nodig zijn. Want over iemand leven oordelen is wellicht het moeilijkste wat er bestaat.

Advocaat Walter Van Steenbrugge verwierf bekendheid als strafpleiter in enkele spraakmakende assisenzaken. Samen met zijn venoot, Christine Mussche, vertegenwoordigt hij enkele tientallen slachtoffers van seksueel misbruik in de kerk. Daarnaast voert hij gedreven strijd voor een hervorming van het Belgische rechtssysteem.

I.s.m. Vermeylenfonds Koksijde-Oostduinkerke en huisvandeMens Diksmuide

Prijs: gratis

Info en inschrijven: vrijzinnighuiskoksijde@gmail.com

Vermeylenfonds



Interview

In september was Imam Khalid Benhaddou te gast in het Vrijzinnig Huis Koksijde en bracht de lezing 'Naar een Europese Islam?' Er was gelegenheid tot een interview dat we graag presenteren in deze Sprokkel:

Interview Khalid Benhaddou 'Op zoek naar wat ons bindt in een nieuwe wij-gemeenschap'

Khalid Benhaddou was 18 jaar toen hij de jongste imam van België werd. Tegenwoordig is hij een drukbezet man met een uitgesproken visie. Hij pleit voor een moderne islam die hand in hand gaat met de normen en waarden van de westerse samenleving. Boven alle functies die hij vervult is hij een verbindingsfiguur in een samenleving waarin moslims vaak geïsoleerd worden en waarin polarisatie de bovenhand dreigt te krijgen. Hij roept op tot samenwerken en samenleven over de grenzen van het levensbeschouwelijke en het sociale heen. Zijn woorden komen snel, maar doorzacht uit zijn mond. Hij is pessimistisch van rede, maar optimistisch van wil.

Als kind was je een zeer getalenteerd voetballer. Je werd door een Engelse club gescout, er lag een sportcarrière in het verschiet! Toch kies je voor het pad dat je nu bewandelt. Wat drijft jou om voor deze – moeilijke – weg te kiezen?

Dit is inderdaad een moeilijker pad, maar heb ik er zelf voor gekozen? Niet helemaal. Je opvoeding bepaalt voor een groot stuk de richting die je uitgaat. Ik ben geboren in een islamitisch gezin, mijn ouders vonden het belangrijk dat ik naar de moskee ging. Van het ene kwam het andere. Bovendien was mijn vader geen voetballer. Niettemin, ik ben heel tevreden met waar ik nu sta! Ik kom dagelijks in contact met de samenleving, de politiek én de onderstroom. Ik kan mensen inspireren en motiveren. Dat is een enorm voorrecht!

Welke rol speel jij op het maatschappelijke veld?

Ik vervul verschillende functies die allemaal hetzelfde doel hebben, namelijk een nieuwe wij-gemeenschap creëren in onze samenleving. We bevinden ons in een tijdperk van su-

Khalid Benhaddou

perdiversiteit. We moeten tot een synthese van die nieuwe wij-gemeenschap komen, maar dat is geen gemakkelijk proces. Er zijn mensen die niet openstaan voor die wij-gemeenschap, mensen die liever in hun cocon blijven en zich niet willen verbinden met anderen die niet op hen lijken. Ik wil het proces om tot die nieuwe wij-gemeenschap te komen helpen begeleiden en faciliteren. We moeten onze eigenheid en onze verschillen durven overstijgen, en daarbij vooral op zoek gaan naar de elementen die ons verbinden. Ik wil mensen duidelijk maken waar de islam vandaan komt en waar we ermee naartoe willen. Informeren is belangrijk, want heel wat mensen voelen een angst ten aanzien van de islam omdat ze alleen maar geconfronteerd worden met de excessen ervan.

Omdat die het duidelijkst zichtbaar zijn, toch?

Inderdaad, en dat maakt dat mensen gaan denken dat dat dé islam is. Maar dé islam bestaat niet! De islamitische tradities bestaan al 14 eeuwen in alle geuren en kleuren, en in tal van interpretaties. Ik probeer mijn moslimgemeenschap uit te nodigen om de diversiteit van de moslimtradities te omarmen en niet in de val te lopen van de islam die gereduceerd wordt tot één bepaalde opvatting, bijvoorbeeld het salafisme. Aan mensen die geen moslim zijn vraag ik hetzelfde: blijf een onderscheid maken en zet ons niet in het geheel weg als groep, zie ons als een heterogene gemeenschap.

In welke mate vormt salafisme een bedreiging?

Voor mij is de rechtstaat en de universele verklaring van de rechten van de mens mijn vertrekpunt. Mensen moeten de vrijheid krijgen om hun levensbeschouwing op hun manier in te vullen, zolang dat gebeurt met respect voor de ander, er niet aangezet wordt tot haat of geweld, en er geen strafbare feiten gepleegd worden. Hoe verwerpelijk de ideeën van het salafisme ook zijn, maar in naam van de vrijheid hebben ze het recht om zo te denken. De zaak verandert als zij zich militant gaan gedragen, want dan ondergraaf je die vrijheid. Als je in naam van vrijheid grote groepen mensen in de samenleving de ruimte geeft om zich te manifesteren tegen bepaalde vrijheden, dan heb je een probleem.



Wat zien jongeren in het salafisme, denk je?

Een anker in tijden van technologische en economische stormen. Maar dat anker volstaat niet! Om te kunnen navigeren heb je ook een kaart en een kompas nodig. Dat ontbreekt bij die extremistische opvattingen. Hun ideologie is leuk, want hij biedt houvast. Je hoeft zelf over niks na te denken, de lijnen zijn uitgezet, alles wordt voorgekauwd. De overload aan informatie is tegenwoordig heel groot, we kunnen niet alles slikken. Daarom pleit ik ervoor om in het onderwijs volop in te zetten op kritisch nadenken. Niet alleen de kennis- en informatieoverdracht is belangrijk, maar ook de vaardigheid om om te gaan met die kennis.

Zit er al van kindsbeen af een idealist in jou?

(Lacht) Ik ben daarin gegroeid. Ik ben altijd geboeid geweest door de grote levensvragen. Bovendien was ik ook kritisch over heel wat opvattingen, wat atypisch is binnen de moslimgemeenschap, waar toch een zeker dogma bestaat. Ik studeerde met de salafisten, waar ik kritische vragen stelde. De ratio primeerde.

Ik kan mij voorstellen dat je behoorlijk wat fans hebt in je gemeenschap, maar evengoed mensen die vinden dat jouw verhaal waanzin is en niet strookt met de islam.

Zeker! Het is niet mijn ambitie om de hele moslimgemeenschap te vertegenwoordigen. Dat is onmogelijk. In een samenleving waar individualisering de bovenhand voert zie ik dat die individualisering ook van toepassing is op moslims. Iedereen heeft z'n mening klaar. Evenmin is het mijn ambitie om de hele moslimgemeenschap te bereiken met mijn verhaal, maar zolang de groep breed en groot genoeg is, is het voor mij de moeite waard. Ik breng mijn verhaal trouwens niet alleen voor moslims, ook niet-moslims hebben een boodschap aan hetgeen ik vertel, net omdat zij misschien vooroordelen of een vertekend beeld van de islam hebben.

Een grensoverschrijdende visie.

De tijd dat structuren duidelijk afgebakend waren is niet meer. Ik denk dat dat de moderne invulling zal worden van de manier waarop wij ideeën produceren. Vroeger bleven we allemaal binnen ons eigen referentiekader, nu zoeken we partners binnen die verschillende kaders. Ik vind heel wat partners bij het vrijzinnig humanisme of bij het christendom. Zij dragen hetzelfde verhaal uit, alleen het kader van waaruit wij onze inspiratie halen is anders. Maar uiteindelijk brengen we wel hetzelfde verhaal. De ene neemt engagementen op omdat hij inspiratie vindt in de koran, de andere vindt die in de bijbel, en nog een andere heeft daar geen god voor nodig. Het belangrijkste is om die engagementen op te nemen en een aantal waarden als basis te gebruiken waarop wij die samenleving kunnen organiseren. Als we daarin slagen, dan denk ik dat we dicht bij die wij-gemeenschap komen.

Betekent de opmars van het individualisme de ondergang voor die wij-gemeenschap?

Dat mensen losgekomen zijn van structuren die zij als beperkend ervaren is een positieve evolutie, zonder twijfel! Maar we moeten ervoor zorgen dat die individualisering niet te ver doorschiet, waardoor mensen geen zingeving meer ervaren. Dat zou kunnen leiden tot relativisme en nihilisme. En daar maak ik me zorgen over! Ik vind het belangrijk om aan gemeenschapsvorming te doen, want ik geloof dat de mens een sociaal wezen is die het best gedijt in een hechte gemeenschap. En da's iets wat de religieuze structuren vroeger te bieden hadden. De problemen die mensen hadden met de kerk waren niet zozeer met het godsbeeld an sich, maar vooral met de sociale constructies die eruit voortvloeiden. Ik zeg altijd: we hebben het kind met het badwater weggegooid. Religie heeft ook elementen

gebracht die vandaag een stuk gemist worden. Gemeenschapsvorming heeft ook een therapeutische functie, voor veel mensen betekende dit een vorm van welbevinden, het gaf een doel aan hun leven, ze voelden zich verbonden. Die functies zijn een stuk verdwenen door de individualisering.

In de westhoek stemt 1 op 3 op extreemrechts. Tegelijk wonen hier erg weinig migranten en is de levenskwaliteit hier behoorlijk goed. Is onze recente verkiezingsuitslag een uitwas van het gebrek aan structuur?

Dat is ook zo gebleken: waar minder connectie is tussen mensen en de contactfrequentie met mensen die anders zijn heel laag is, is men vaker geneigd om extreemrechts te stemmen vanuit een zekere angst voor het onbekende. Maar onbekend is onbemind! Eén van de belangrijkste manieren om interlevensbeschouwelijk in contact te komen met elkaar is ervaringen hebben, elkaar ontmoeten en in levende lijve met elkaar spreken. De dialoog van het leven! Daarom hekel ik soms de interlevensbeschouwelijke dialogen die over heel Vlaanderen plaatsvinden. Ik vind dat zij niet verder komen dan de dialoog van de hoffelijkheid. Men spreekt over de gemeenschappelijke waarden, en dat is goed, maar het volstaat niet. Je hebt ook een dialoog van deskundigen nodig om dieper in te gaan op elkaars achtergrond en zo tot de essentie te komen.

Kan je een voorbeeld geven van iets wat ons verbindt?

In Vlaanderen leeft 1 op 10 mensen onder de armoedegrens. Los van onze levensbeschouwelijke achtergrond kunnen we ons hierin engageren. Maar als er geen dialogen plaatsvinden, noch op sociaal vlak, noch op deskundig gebied, noch in het leven, dan wordt dat heel moeilijk. Op die manier blijven we elk op ons eiland.

En zo ontstaan er parallelle samenlevingen.

Dat leidt inderdaad tot segregatie en dan ontstaat er een wederzijdse onverschilligheid naar mekaar toe. Dit kan de sociale cohesie in onze samenleving op termijn ondermijnen. Natuurlijk gebruiken rechtse partijen vandaag de angst die heerst rond globalisering! Want globalisering heeft ervoor gezorgd dat de oude structuren, die ons wel veiligheid, geborgenheid en zekerheid gaven, deels ingewisseld zijn voor globale structuren die uit onze handen genomen zijn. Veel mensen stellen zich existentiële vragen. Wie is er nog voor mij? Sta ik er alleen voor? En dan duiken er twee spelers op die een antwoord lijken te bieden op die vragen. Enerzijds de nationalisten, die op basis van natie en identiteit een gemeenschap willen vormen. Anderzijds

de religieuzen die beweren dat gemeenschapsvorming hun dada is.

De drang naar ideologieën die vooral dat gemeenschapsvormende element in zich dragen is groot. Vandaar dat het conservatief nationalisme in heel Europa de kop opsteekt. Zij claimen een verhaal dat een antwoord biedt op de angst die mensen hebben voor de globalisering. Ze willen terug naar de natiestaat die zich ontfemt over zijn bevolking, want dé bedreiging is de ander, de migrant, de moslim, noem maar op. Zij brengen onze normen en waarden, onze tradities in gevaar. Dat simplistische discours gaat er natuurlijk makkelijker in dan het veel complexere verhaal rond globalisering. De partijen die aan de linkerkant stonden hebben altijd gepleit vóór de globalisering, vóór een zekere openheid naar de wereld toe. Nu moeten zij beseffen dat die globalisering ook verliezers met zich meebrengt en dat zijn vaak de mensen uit hun eigen achterban. Links loopt over naar rechts, want globalisering is een internationaal gegeven en hetgeen waar zij voor staan, namelijk de zorgstaat, wordt georganiseerd op nationaal niveau. De Brexit is hiervan een schoolvoorbeeld!

Maak je je zorgen over deze maatschappelijke evolutie?

Ik lig daar wakker van, ja. Als ik de Europese tendensen bekijk en welke richting die uitgaan, dan stemt me dat niet zo positief. Ik probeer me niet te laten ontmoedigen. Ik wil het nut van mijn werk blijven zien en de mogelijkheid hebben om te blijven doen wat ik doe. Maar ik ben niet naïef. Onze maatschappij kan, veel sneller dan we denken, in een bepaalde richting evolueren. Dat hebben we zelf in handen. De geschiedenis leert ons wat een gepolariseerde samenleving teweeg kan brengen. Als we een bepaald vijandbeeld creëren van de mensen waarmee we samenleven, dan is dat ronduit gevaarlijk. Politici die om electorale redenen dergelijke retoriek gebruiken moeten goed beseffen dat mensen veel waarde hechten aan die woorden. Een politicus hoopt met zijn discours kiezers te winnen, maar misschien redeneert de onderstroom niet op die manier.

Hoe is het zover kunnen komen?

De mensen die wél willen samenleven, die wél gematigd zijn, die wél progressief denken, moeten voor ogen houden dat zij de laatste jaren veel hebben ingezet op rechten voor minderheidsgroepen, zoals vrouwen en holebi's, maar ook moslims, migranten en vluchtelingen. Door zo hard te focussen op bepaalde identiteitsgroepen zag men een brede groep mensen over het hoofd, en het is net die brede groep die zich verwaarloosd voelt, die zich niet meer vertegenwoordigd voelt, en van daaruit geneigd is om te

stemmen op partijen met extreme ideeën. Men voelt zich niet meer erkend, men voelt zich geschonden in zijn waardigheid, en men zegt foert. Dat zijn eerder proteststemmen dan bewuste keuzes voor een bepaalde ideologie. Ik denk dat we daar aandacht moeten aan besteden: hoe kunnen we die grote groep mensen dat zekere gevoel teruggeven?

Heb jij een antwoord op die vraag?

We hebben lange tijd gedacht dat de enige drijfveer van mensen hun economische positie was. Dus, als we die positie versterken, dan komt het wel goed. Maar het is frappant om te zien dat net in tijden van grote sociaaleconomische ongelijkheid extreemrechts met de kiezer gaat lopen. Het klopt dus niet dat mensen enkel uit zijn op economisch comfort. Iedereen wil dat wel, maar dat dient om erkenning te verwerven in de samenleving. Wie arm is, is niet zichtbaar en voelt zich vernederd. Mensen willen gezien worden, daar gaat het over! Als hun zichtbaarheid verdwijnt, gaan ze protesteren. Vaak is dat een brede groep van middenklassers, de motor van onze economie, die de kern van de identiteit van hun land vormen. Deze groep kan zich makkelijk organiseren en mobiliseren, maar dat maakt hen ook

tot een destabiliserende factor. Op politiek vlak voelt deze groep zich vandaag niet gehoord. Het is aan de politici om daar een antwoord op te geven.

Ben je ooit van mening veranderd over iets?

Ja, toch wel, maar niet fundamenteel. Er zit een rode draad in mijn overtuiging, maar soms verandert mijn mening over de invulling van iets. Gelukkig maar, het zou jammer zijn als ik altijd strak vasthield aan mijn ideeën! (lacht)

*Boekentip: 'Verdwaald in verlichting - Waarover kunnen we het nog eens zijn in een samenleving van wij tegen zij?' Imam Khalid Benhaddou en politiek filosoof en atheïst Patrick Loobuyck proberen de paradox Is de verlichting 'verdwaald'? beter te begrijpen. Hoe komt het dat zij vanuit hun totaal verschillende achtergrond toch overeen komen?

Nele Deblauwe

Hernieuwen lidgelden 2020

Aangezien iedere lidvereniging zijn eigen organisatie en specifieke werking heeft, dient er jaarlijks voor iedere lidvereniging afzonderlijk lidgeld betaald te worden.

	10 euro Voor het hele gezin	Vrijzinnig Huis Koksijde Galopperstraat 48 8670 Koksijde Tel. 059 30 65 30 Contactpersoon: Danie De Kimpe dekimpenelleke@gmail.com BAN: BE 81 0012 6878 1824 - BIC: GEBA BE BB Met vermelding van uw naam + lidgeld 2020
	Het hoofd lid betaalt 15 euro - Een bijkomend gedomicilieerd gezinslid betaalt 5 euro Min 26 jaar: geen lidgeld te betalen	Vermeylenfonds Koksijde Tel. 0477 29 38 37 Contactpersoon: Maurits De Picker depicker.maurits@skynet.be BE 10 0012 0731 0904 Met vermelding van naam en voornaam van de perso(o)n(en)
	10 euro per academiejaar (sept '19-aug '20) Korting op deelnameprijs van activiteiten	UPV BE 02 0017 2587 6540 Contactpersoon: Marc Mortier marc-mortier@telenet.be
	15 euro per persoon	Humanistisch Verbond Westhoek Kerkhofstraat 11 8670 Koksijde Contactpersoon: Denise Van der Meiren denisevandermeiren52@gmail.com IBAN BE48 0017 3958 1327 - BIC GEBABEBB Met vermelding van uw naam + lidgeld 2020
	15 euro per hoofd lid per bijkomend gezinslid 3 euro	Willemsfonds VZW Vrijdagmarkt 24-25 9000 Gent IBAN: BE39 0010 2817 2819 Met vermelding WF Veurne/De Panne/Koksijde of afdelingscode W39/1251. Voor diegenen die reeds lid zijn geldt als mededeling hun eigen lidnummer.
	Het lidgeld bedraagt 15 euro per hoofd lid per bijkomend gezinslid 3 euro	Willemsfonds Koekelare Brugse Heirweg 17 8680 Koekelare Contactpersoon: André Laveyne andre.laveyne1@telenet.be BE75 9799 8205 2051
	het lidgeld bedraagt 15 euro	HVV/OVM Koekelare contactpersoon: André Laveyne andre.laveyne1@telenet.be BE87 3800 0460 9894

MAARTEN BOUDRY

Waarom de wereld niet naar de knoppen gaat?

Pessimisten en doemdenkers van alle slag bepalen dagelijks de (nieuws)agenda. Ze worden met bijzondere aandacht gehoord en gelezen.

Pessimisme leidt echter tot berusting, tot fatalisme en daardoor komt hetgeen men vreest daadwerkelijk uit omdat men alles op zijn beloop laat. De zichzelf waarmakende voorspelling komt uit!

Het is dan ook een beetje licht in de duisternis wanneer een filosoof het over een ander boeg gooit.

Die jonge filosoof is Maarten Boudry. Hij komt uit de school van Gentse filosofen die zich niet opsluiten in hun eigen universitaire omgeving, maar zich maatschappelijk engageren door duidelijke standpunten in te nemen betreffende de problemen van mens en samenleving. Het 'vrije denken' dat verwijst naar de professoren Apostel, Kruithof, Vermeersch, Braeckman.

Dat uitgerekend dr. Maarten Boudry als eerste voor de 'Leerstoel Etienne Vermeersch' werd uitgekozen is een erkenning en tevens een aanmoediging voor deze jonge academicus.

Het voorliggend boek van 343 pagina's telt 7 hoofdstukken en een Epiloog.

Aansluitend nodigt de auteur de lezer uit tot 'Meer leren?', waarbij hij per hoofdstuk enkele publicaties terzake kritisch behandelt.

Problemen onderkennen, ze in hun juiste context en juist perspectief plaatsen vooraleer ze grondig te analyseren; een absolute noodzaak voor een zinvolle analyse.

Daarop met een eigen, stevig onderbouwde mening naar voor treden en zodoende een hoopgevend en werkbaar alternatief aanreiken.

De problemen zijn van uiteenlopende aard en vergen telkens een specifieke benadering.

Zo komen de volgende thema's aan bod:

- De wortels van het hedendaags pessimisme.
- Waarom racisme verdwijnt?
- De obsessie met ongelijkheid.
- Waarom vooruitgang gelukkig maakt.
- Waarom vrijheid werkt.
- Over het doembeeld van de islamisering.
- Over ecologisch doemdenken.

Hij rondt af met een 'Epiloog: Hoe we de wereld nog beter kunnen maken'.

Als je de wereld wil verbeteren, moet je eerst geloven dat we daartoe in staat zijn. De vooruitgang van gisteren levert het overtuigendste argument dat vooruitgang ook morgen tot de mogelijkheden behoort.

Marc Mortier
voorzitter UPV Westkust



Waarom de wereld niet naar de knoppen gaat?

Maarten Boudry
Uitgeverij Polis, 2019
343 p.
ISBN 978 64 6310 3091:

In de kijker



Nicole Potteau

Op een druilerige maandagmiddag komt Nicole Potteau fris en monter het huisvandeMens in Diksmuide binnengewaad. Ze is net terug van een weekje Spanje, waar ze samen met haar man genoot van het warme weer en het luilekkerleven. Haar kleurtje doet vermoeden dat de zon hard scheen aan de Spaanse Costa! Nicole is een vertrouwd gezicht in het huisvandeMens Diksmuide. Ze doet er vrijwilligerswerk en vertelt daar met hart en ziel over in deze In De Kijker.

Nicole, vertel eens iets over jezelf.

Ik ben 67 jaar, gehuwd met Ghis, mama van Silien – die lesgeeft aan de hotelschool Ter Duinen – en oma van Thibo (14 jaar) en Arthur (7 jaar). Ik werkte jarenlang bij de bank, waar ik het onthaal verzorgde en de boekhouding deed. Mijn werkgever fuseerde op een bepaald ogenblik met een andere bank, waardoor ik op brugpensioen ging. Ik was toen 53 jaar en heb geen andere job meer uitgeoefend.

Je was behoorlijk jong toen je stopte met werken. Hoe vulde je je tijd in?

Ik zette me volop in voor mijn gezin. Bovendien hou ik van orde en netheid en zo kon ik me volop uitleven in mijn huishouden en in mijn mooie tuin. Naast dat alles ga ik heel graag wandelen en fietsen. Vroeger had ik een wandelvriendin en een fietsvriendin. We hebben samen zoveel kilometers afgelegd!

Nu ben je vrijwilliger bij het huisvandeMens. Hoe kwam je daar terecht?

Zes jaar geleden ging mijn man met pensioen. We besloten toen om aan zee te komen wonen, dichtbij onze dochter en kleinzonen. We woonden vroeger in Geluwe, maar de kust heeft altijd een speciale aantrekkingskracht op ons gehad. Vroeger hadden wij een appartementje in Nieuwpoort. Twintig jaar lang gingen we daar ieder weekend en elke vakantie naartoe. Nu wonen we in Oostduinkerke. Toen mijn man een advertentie zag voor de levenseindebeurs in het Vrijzinnig Huis in Koksijde, trok hij daar naartoe, want het thema interesseert ons. Op die beurs zag hij dat het huisvandeMens Diksmuide vrijwilligers zocht. Ik stuurde een mailtje, werd uitgenodigd voor een gesprek, en zo ging de bal aan het rollen.

Wat doe je juist bij het huisvandeMens?

Vooraf logistiek werk: verzendingen klaarmaken, kleine knutselwerkjes, brieven plooien... Tegenwoordig houd ik me bezig met het herschikken van de bibliotheek. Da's een enorm werk, maar ik doe dat ontzettend graag! Ik kan echt genieten van de structuur en de orde die ik schep in dat systeem. Binnenkort ben ik klaar, daar ga ik enorm van genieten.

Je doet het werk echt graag, hoor ik.

Ja hoor, maar niet alleen het werk bij het huisvandeMens spreekt me aan. Ik ben hier gewoon heel graag. De sfeer is rustig, ik voel me hier 100% op mijn gemak, iedereen is vriendelijk, er staat altijd een kopje koffie voor me klaar én er kan steeds een babbeltje gedaan worden. Ik wil geen ander vrijwilligerswerk, want hier voel ik me thuis!

Het huisvandeMens is een vrijzinnig humanistisch huis. Wat is jouw link met vrijzinnig humanisme?

Goh, die link is eerder toevallig hoor. Ik had vroeger helemaal geen binding met vrijzinnig humanisme. Pas toen mijn man die levenseindebeurs bezocht in het Vrijzinnig Huis en ik als vrijwilliger aan de slag ging bij het huisvandeMens, maakte ik kennis met de vrijzinnig humanistische levensbeschouwing. Er ging een interessante wereld voor mij open! Ik voel me goed bij de waarden die het vrijzinnig humanisme uitdraagt. Er wordt niet geoordeeld, en dat heeft een positief effect op mij. Ik hou niet van vooroordelen en discriminatie, iedereen heeft recht op zijn eigen keuzes. In het huisvandeMens ervaar ik die waarden in de praktijk, fantastisch vind ik dat!



Je houdt ook van reizen hè?

Een grote passie! Reizen plannen, uitzoeken wat we daar ter plaatse kunnen doen, alles goed voorbereiden, genieten van wandelen en fietsen. Ik hou van zonnige bestemmingen, warmte en zonlicht geven mij energie. Ik hou niet van donkere en triestige dagen. Niemand zeker? (lacht)

Ben je al goed geïntegreerd in Oostduinkerke?

Mijn man meer dan ik. Hij golft en is vrijwilliger bij de golfclub. Hij geeft ook computerlessen in Koksijde, Veurne en De Panne. 't Is een bezige bij! Maar ik ook hoor. Als hij gaat golfen, dan ga ik graag fietsen. Ik neem mijn kaart en stipel zelf een route van 20 à 25 km uit. Lukt het om meer te doen? Dan fiets ik verder. Merk ik dat het minder goed gaat? Dan kort ik mijn weg een beetje in. Ik ben geen lid van een fietsclub, neen. Da's een bewuste keuze, want ik fiets het liefst een toertje op mijn eigen tempo. Soms alleen, soms met mijn man erbij. We hebben een mooi evenwicht gevonden in ons leven, da's het belangrijkste! Ik ben blij dat hij zich goed voelt bij al zijn drukke bezigheden en hij is content dat ik mijn plaats gevonden heb als vrijwilliger bij het huisvandeMens.

Bedankt voor je tijd, Nicole! En we hopen dat je nog lang bij ons over de vloer komt!

Nele Deblauwe



Vrijzinnig Huis Koksijde
 Galloperstraat 48, 8670 Koksijde
 Tel. 058 52 08 94
 vrijzinnighuiskoksijde@gmail.com



huishvandeMens Diksmuide
 Esenweg 30, 8600 Diksmuide
 Tel. 051 55 01 60
 diksmuide@demens.nu
 www.demens.nu



Willemsfonds Koekelare
 contactpersoon: André Laveyne
 Brugse Heirweg 17
 8680 Koekelare
 Tel. 051 58 07 41
 andre.laveyne1@telenet.be



Willemsfonds Nieuwpoort
 contactpersoon: Maurice
 Bellefroid, Recllettenstraat 41,
 8620 Nieuwpoort I Tel. 058 23 60 56
 Gsm 0475 66 43 42
 info@willemsfondsnieuwpoort.be



**Willemsfonds
 Veurne-De Panne-Koksijde**
 contactpersoon: Ivan Winnock
 Sasstraat 7, 8630 Veurne
 Tel. 058 31 23 57
 ivan.winnock@skynet.be



Vrienden van het GO! Westhoek
 contactpersoon: Annie Decler
 14^e Artilleriestraat 7
 8600 Diksmuide
 Tel. 051 50 15 33
 vriendengo.westhoek@gmail.com



**Humanistisch Verbond
 Westhoek**
 contactpersoon:
 Anneleen Trogh
 Sint Elisabethlaan 26
 8660 De Panne
 0494 85 12 27
 anneleentrogh@hotmail.com



**Humanistisch Verbond
 Koekelare-Diksmuide**
 contactpersoon:
 André Laveyne
 Brugse Heirweg 17
 8680 Koekelare
 Tel. 051 58 07 41
 andre.laveyne1@telenet.be



**Uitstraling permanente vorming
 Westkust**
 contactpersoon:
 Marc Mortier
 Astridplein 3-401
 8670 Koksijde
 Gsm 0475 97 21 98
 marc-mortier@telenet.be



Panne Instituut

Comité vzw Panne Instituut
 contactpersoon:
 Eddy Deboyser
 Duinhoekstraat 98
 8660 De Panne
 Tel. 058 41 22 19
 Gsm 0473 89 39 14
 deboyser.eddy@skynet.be

Vermeylenf()nds

**Vermeylenfonds
 Koksijde-Oostduinkerke**
 contactpersoon: Maurits
 De Picker, Koninklijke Baan
 190A/301, 8670 Koksijde
 Gsm 0477 29 38 37
 depicker.maurits@skynet.be