

VRIENDENKRING SEKEM

NIEUWSBRIEF 53
Winter 2021



Leerlingen van de nieuwe school in Wahaat

Vernieuwing Vriendenkring SEKEM

De afgelopen jaren heeft SEKEM gewerkt aan haar nieuwe visie voor de komende 40 jaar. Hun ambitie is de SEKEM-aanpak 100% duurzaam te maken én goed overdraagbaar voor iedereen die in Egypte of elders in de wereld een soortgelijk initiatief wil initiëren. Voor de eerste tien jaar heeft SEKEM een serie projecten geformuleerd om fundamenteën voor die ambitie te leggen. Elk jaar werken ze aan drie projecten en doen zo de praktijkervaring op die ze nodig hebben.

Wij als Vriendenkring stellen ons nu de vraag op welke wijze wij ons zo kunnen vernieuwen dat we deze nieuwe ambities van SEKEM effectief kunnen ondersteunen en in Nederland uitdragen en mogelijk zelf "SEKEM" projecten in Nederland kunnen realiseren.

Wij nodigen graag iedereen uit die met ons aan de slag wil gaan om te ontdekken wat wij nu willen en kunnen doen. Wij willen een hele dag werken op basis van de Theory U van Otto Scharmer. Dit is een methode om te rade te gaan in je eigen binnenwereld, een voorstelling van de toekomst te maken om daarna naar boven

laten komen wat wij kunnen en willen doen. Hiervoor trekken wij ervaren coach aan.

Deze dag plannen wij op 12 maart 2022, een ochtend, middag en avond. Heb je interesse om mee te denken over de toekomst van de Vriendenkring en hier ook bij betrokken te zijn, meld je dan aan bij Bert de Graaff 0653271035 / degraaff@legra.demon.nl



SEKEM-dag: Herstel van ecosystemen

Het thema 'Herstel van ecosystemen in Egypte' trok een heel divers publiek – ruim vijftig mensen, waaronder ook jongeren – naar de

middag van onze jaardag op 18 september 2021. In de ochtend vond de ledenvergadering plaats.

Ledenvergadering

Tijdens de ledenvergadering die voor het algemene gedeelte plaats vond, keken we terug op een lastig eerste coronajaar. Door de beperkende maatregelen konden we weinig in de openbaarheid treden. Geplande acties in Odin-winkels moesten worden afgezegd. Desondanks is er op de achtergrond hard gewerkt. Daarover meer in het jaaroverzicht dat op de website is gepubliceerd.

We zijn verheugd dat we twee nieuwe bestuursleden hebben mogen verwelkomen: Hannie Bakker en Salaheldin Ali.

Salah studeerde duurzaam energie- en watermanagement aan de Heliopolis Universiteit in Cairo en RWTH Aachen en doet nu promotie-onderzoek aan RWTH Aachen en Wageningen Universiteit. Hannie werkte met antroposofische fysiotherapie en biografiewerk in therapeuticum Aquamarijn in Arnhem en is verbonden aan de interdisciplinaire Basismodule van de Academie Antroposofische Gezondheidszorg in Zeist.



Pieter van der Gaag

Thema-middag

Helmy Abouleish heette iedereen vol enthousiasme welkom via een videoverbinding, die helaas al snel wegviel. Vervolgens nam Salaheldin Ali (afgestudeerd aan de Heliopolis Universiteit en met werkervaring bij SEKEM) het woord om de rol en het belang van SEKEM

verder toe te lichten. Wiekert Visser, die de zieke Max Abouleish verving, vertelde over de opbouw van de nieuwe locatie van SEKEM in Wahat. Vooral het watermanagement vraagt alle aandacht in een regio waar het bijna nooit regent. Het water dat wordt opgepompt voor de landbouw is fossiel water. Wiekert heeft zich als geoloog verdiept in de vraag in hoeverre dit watergebruik duurzaam is. Zijn conclusie is dat er bij een verantwoord gebruik water is voor honderden jaren. Op die termijn kan te zijner tijd naar alternatieven gezocht worden.

Vervolgens vertelde Pieter van der Gaag, directeur van Ecosystem Restoration Camps (ERC), over hun inspirerende werk. Ze werken aan het herstel van ecosystemen op plekken die door verkeerde landbouw in een dorre woestijn zijn veranderd. Dat doen ze door werkkampen te organiseren waar lokale mensen en internationale vrijwilligers aan meedoen, onder andere in de Sinaï. Ze graven geulen om water vast te houden, planten bomen en brengen zo een opwaartse spiraal op gang waarin de natuur en de landbouw kunnen gedijen zodat de regio weer leefbaar wordt voor mens en dier. Er zijn nu ongeveer 40 kampen. Het streven voor 2030 is dat jaarlijks een miljoen jonge mensen meewerken bij vele kampen op alle continenten en zo ervaring opdoen.

Uitwisseling

In het levendige gesprek met de zaal blijkt dat er mensen aanwezig zijn van allerlei 'vergroenende' initiatieven. Zoals Latifa Oumlil die Stichting Perma Atlas heeft opgericht en zich met succes inzet voor het weer vruchtbaar maken van de Ounila Vallei in het Marokkaanse hooggebergte. Ook waren er mensen van Rondon Baba - Here Bugu (een ecologische gemeenschap in Mali), Partners Pays Dogon (projecten in Mali), het Grote Midden Oosten Platform, La Galico (een ecologisch project in Indonesië) en een ecodorp in Portugal. De verhalen over SEKEM en ECS vormden voor hen een inspiratiebron, maar ook was het waardevol dat zij onderling ervaringen konden uitwisselen.

VRIENDENKRING SEKEM

Tijdens de borrel met Midden-Oosterse hapjes was er ruim tijd om elkaar te ontmoeten. Bij de uitgang ontving iedereen een pakket SEKEM-producten, dat Annefieke Schoemaker (de vrouw van Salah) met dank aan Odin had verzorgd!



Nieuwe SEKEM vrijeschool in Wahat

Herinner je je nog je eerste schooldag? Of je eerste spreekbeurt? Zo spannend, en zo'n belangrijke stap op je levenspad. Op SEKEM worden de nieuwe eersteklasseers altijd met bloemen en muziek verwelkomd. Bijzonder dit jaar was dat dit feestelijke moment niet alleen op de oude SEKEM farm plaats vond, maar ook op de nieuwe locatie in Wahat. Improvisatorisch is de school daar van start gegaan – inclusief een kinderdagverblijf – en krijgen de kinderen les in het gemeenschapsgebouw, in afwachting van het nieuwe schoolgebouw dat binnenkort zal verrijzen.

Voor het opstarten van deze nieuwe vrijeschool is veel geld nodig, dus hebben we ons als Vriendenkring, samen met de Duitse vrienden – ingezet voor de werving van schenkingen, onder andere via de Give the Change website van Triodos Foundation. In onze vorige nieuwsbrief hebben we hier al aandacht voor gevraagd, we hebben een berichtje geplaatst in vrijeschoolblad De Seizoener en we hebben een brief gestuurd aan alle vrijescholen met de vraag of ze dit project wilden ondersteunen. Zo hebben we tot nu toe ongeveer 3600 euro

opgehaald. Een mooi bedrag, maar er is nog veel meer nodig.

Dat er in deze afgelegen regio in Egypte een nieuwe school wordt geopend waar jongens en meisjes goed onderwijs krijgen en zichzelf optimaal kunnen ontwikkelen, is super belangrijk. Niet alleen voor de kinderen zelf, maar voor heel Egypte, want deze kinderen kunnen later als volwassenen een waardevolle bijdrage leveren aan de samenleving. SEKEM zet zich ervoor in om het onderwijs in heel Egypte te verbeteren, onder andere door docenten van andere scholen uit te nodigen en enthousiast te maken over onderwijs gericht op de ontplooiing van de individuele talenten van de kinderen.

Giften voor de opbouw van de vrijeschool in Wahat zijn daarom van harte welkom op de bankrekening van de Vriendenkring of via <https://www.givethechange.nl/initiatief/sekem-vrije-school>.

"Health competence"

In Egypte erkent de officiële gezondheidszorg vooral de reguliere geneeswijze, waarin vanuit materialistisch standpunt met medicijnen aan symptoombestrijding wordt gedaan. Artsen en apothekers hebben een groot maatschappelijk aanzien.

Door de corona-pandemie is er, zoals elders, meer aandacht ontstaan voor het immuunsysteem, leefstijl en zelfzorg. Kortom voor de eigen verantwoordelijkheid.

Het begrip gezondheid krijgt een ruimere en dynamischer betekenis: de samenhang van individuele, sociale en economische factoren bepalen iemands gezondheid. "Health competence" als het vermogen om je leven te organiseren qua gezondheid, zingeving, in sociaal en economisch opzicht. Dit kan om individuele gezondheidsbevordering gaan, maar ook in gemeenschapsverband.

Een team van twee artsen en twee verpleegkundigen startte vorig jaar vanuit SEKEM een mobiel consultatiebureau (Health on Wheels) en biedt ouders informatie over hygiëne, preventieve gezondheidszorg, voeding en vaccinatie. Een van de eerste successen hiervan is dat de kinderen geen parasieten meer blijken te hebben!

Coaching over voeding en lifestyle is heel erg belangrijk. Er is in Egypte sprake van overgewicht bij 62% van de bevolking en bij 32% van de kinderen. De economische omstandigheden zorgen voor armoede waardoor mensen weinig geld hebben voor sport en vooral goedkoop voedsel eten, dat dik maakt en slecht is. Ook wordt er veel gerookt.

Door middel van één op één consulten, kookworkshops en Woman's Health cursussen worden goede resultaten geboekt. Daarin wordt aandacht besteed aan gezonde voeding, aan ademhalings- en lichaams oefeningen, praktische tips en weekdoelen voor elke deelnemer.

“Last week, I decided to take some time for myself, away from the kids. I made myself tea and cookies and went out onto the balcony for some fresh air. I tried this breathing exercise we learned. It felt like the first time my body was breathing and the stress was fading away. I had a good sleep night, the next day I felt more energetic than usual to go to work and start the day.” (A ATOS employee participating in the Women's Health Program)

“We live in a family house, so I can't have a private place to do anything. Last week, I put my ear plugs in, played a song I love and started dancing in the bathroom. I thought I forgot how to dance but I was wrong. I felt really happy afterward and more ready to deal with the daily challenges with my family.” (A Naturetex employee enrolled in the nutrition and lifestyle course in the Core Program)

Met gerichte acties, zoals bijvoorbeeld Health on Wheels, krijgt SEKEM ook schenkingen uit

Europa en elders in de wereld. Zo plaatste de vereniging voor antroposofische zorg Antroposana op ons verzoek een oproep op haar website, waarvoor wij hen hartelijk danken.



Bamboefluiten

In oktober bracht Ine Looijmans, ditmaal vergezeld door haar zus Carla, weer een bezoek aan SEKEM om de voorraad bamboefluiten van de school te onderhouden.

"Op verzoek van Angela Hofmann ben ik weer afgereisd naar SEKEM. We hebben samen hard gewerkt, samen veel genoten, ons ontzettend welkom gevoeld en en samen een mooie klus geklaard. Alle fluiten die op school aanwezig zijn hebben we nagekeken, opgeknapt, afgestemd, en ze zijn weer klaar voor een nieuw speelseizoen. Het was merkbaar dat Angela veel en goed werk heeft verricht in de coaching van de leerkrachten om het genot van het bespelen van de bamboefluiten voort te zetten op de basisschool. De leerkrachten gaven op de eerste schooldag, 9 oktober, een prachtige presentatie in het theater. Ik was getuige en deelgenoot van dit hartverwarmende moment.

Ik heb Angela moeten beloven dat we weer terug zullen komen en dan zullen we een tiental nieuwe tenorfluiten voor de leerkrachten meebrengen."

Ine en Carla hebben een geweldige indruk gemaakt met hun werklust, vrolijkheid en niet in het minst hun muzikale ondersteuning in SEKEM. Samen hebben ze in twee weken tijd meer dan honderd fluiten weer speelklaar

gemaakt, ongelofelijk. Ze hebben nauwelijks tijd gemaakt voor activiteiten buiten SEKEM. De belofte van Ine om voor de leraren tenorfluiten te maken is met gejuich ontvangen. De sopranen zijn wel erg klein in hun handen en het geluid van de tenoren zal goede steun aan de sopranen van de kinderen geven.

Carla bleek goed te kunnen zingen, een mooie sopraan bijna van het niveau conservatorium. Samen met leerkracht Rafik Costandi heeft ze voor ons allen gezongen. Een mooie combinatie, de rustige, stille bas Rafik en de Brabantse, gezellige sopraan Carla. Prachtig!

Iedereen kijkt uit naar hun volgende bezoek.

Bestuur versterkt de band met SEKEM

Ons bestuurslid Corien Hoek verblijft, samen met haar man Wiekert Visser, elk jaar enkele maanden op SEKEM om ondersteuning te bieden, vooral bij de Heliopolis Universiteit (HU). Sinds kort is ook bestuurslid Hugo Stekelenburg naar SEKEM afgereisd, waar hij van plan is enkele jaren te blijven. Hij richt zich op het opbouwen van een Ecosystem Research Centre. Ons nieuwe bestuurslid Salaheldin Ali is vanuit Egypte, waar hij de HU afrondde, in Nederland neergestreken. Vanuit zijn contacten bij onder andere Wageningen UR en Delphy International (waar hij werkt) weet hij veel mensen met elkaar in contact te brengen. Zo heeft hij een bijeenkomst georganiseerd waar de Nederlandse ambassade in Cairo, SEKEM en Delphy hun samenwerking bekrachtigen. Heel belangrijk voor de toekomst! Door de bruggen die deze drie bestuursleden bouwen is de communicatie met SEKEM veel directer geworden.

Ontmoeting van SEKEM-vriendenkringen in Stuttgart

Op zaterdag 2 oktober 2021 vond in Stuttgart de SEKEM jaardag van de Duitse Vriendenkring plaats, waar Helmy Abouleish zoals gewoonlijk bij aanwezig was. Op zondag volgde een

ontmoeting van de vertegenwoordigers van alle Vriendenkringen (Duitsland, Oostenrijk, Scandinavië en Nederland) om dieper in te gaan op vragen en op de mogelijkheden om samen te werken aan de SEKEM idealen.

Helmy ging even terug naar 2017, toen het de vraag was hoe SEKEM verder zou gaan na het overlijden van Ibrahim Abouleish. Hij heeft toen de leden van de Toekomstraad uitgedaagd hun eigen toekomstdroom te dromen. Hoe zou het over 40 jaar, in 2057 moeten zijn? De gemeenschappelijke droom was: heel Egypte (en eigenlijk ook daarbuiten) boert 100% biologisch-dynamisch, alle kinderen en werkenden krijgen de kansen hun talenten te ontwikkelen, alles is duurzaam, enz. Zo werden de Vision Goals 2057 geboren.

Maar wat moest SEKEM in de komende 10 jaar doen om die 2057 droom voor Egypte mogelijk te maken? De conclusie was dat SEKEM het gereedschap moest ontwikkelen dat iedere boer, iedere onderwijzer, iedere gezondheidsmedewerker en iedere handwerksman in staat stelt zelf een klein SEKEM te worden. Dat er overal in Egypte inspirerende voorbeelden komen! Daarvoor is onderzoek nodig: nieuwe uitvindingen, prototypen en instructiemateriaal in een taal die de gewone Egyptenaar begrijpt. In 2027 wil SEKEM deze zaken uitgewerkt hebben.

Ieder jaar worden er twee projecten opgepakt, bijvoorbeeld minimaal watergebruik, 100% energieneutraal, zero-plastic, modellen voor 'Economy of Love', integrale gezondheid en ethisch bankieren. Helmy vertelde over de projecten van de afgelopen jaren, de mooie resultaten en de tegenvallers, die weer uitnodigen nieuwe dingen uit te vinden. Ik vind het heel bijzonder hoe het SEKEM lukt om zo met de toekomst bezig te zijn!

Zondag hebben we hier verder over gepraat en ons de vraag gesteld wat wij als Vrienden nu kunnen en zouden moeten doen. Kunnen wij deze projecten ook in onze eigen, Europese

VRIENDENKRING SEKEM

context concreet uitwerken? Welke droom hebben wij voor ons land? Hoe gaan we daar aan werken? Wat kunnen we daarbij van SEKEM leren?

Hierbij is de samenwerking met SEKEM voor ons onmisbaar! Wij helpen SEKEM helpen, zodat SEKEM ons kan helpen. Ach, het gaat niet om helpen, maar om samenwerken. Een prachtige samenwerking en een uitdaging voor ons als bestuur en als leden. Iedere hulp hiervoor is welkom! Schrijf ons, bel ons.

Bert de Graaff, degraaff@legra.demon.nl,
06 532 71 035

Reis naar SEKEM mei 2022

Eindelijk bieden wij weer de gelegenheid SEKEM met eigen ogen te zien. In de meivakantie (30 april t/m 8 mei) zullen we een bezoek brengen aan de 'oude' SEKEM farm bij Belbeis en aan de nieuwe farm in Wahaat. We zullen uitgebreid kennismaken met alle aspecten van de landbouw en het onderwijs, het werk met kinderen met een beperking, de bedrijven en de Heliopolis Universiteit voor Duurzame Ontwikkeling in Cairo. De precieze data staan nog niet vast. Houd daarvoor onze website in de gaten of meld je alvast aan via <https://laposta.nl/f/sstwbb09aozc> of telefonisch bij Anne Bakker (06 4492 0544).



Lunch op de nieuwe SEKEM school

Vriendenkring SEKEM, Drebbeelstraat 195, 2522 DA Den Haag, bankrekening NL76 TRIO 0212 4884 22, BIC code: TRIONL2U. Giften zijn fiscaal aftrekbaar. E-mail: info@sekemvrienden.nl, website: www.sekemvrienden.nl. Bestuur: Salah Ali (+31 6 8328 2871), Anne Bakker, secretaris (+31 6 4492 0544), Hannie Bakker (+31 6 2518 2676), Bert de Graaff, voorzitter (+31 6 5327 1035), Corien Hoek, lid (+31 6 1343 6174), Hugo Stekelenburg, lid (+31 6 1548 7569), Ellen Winkel, penningmeester (+31 6 2120 5816)