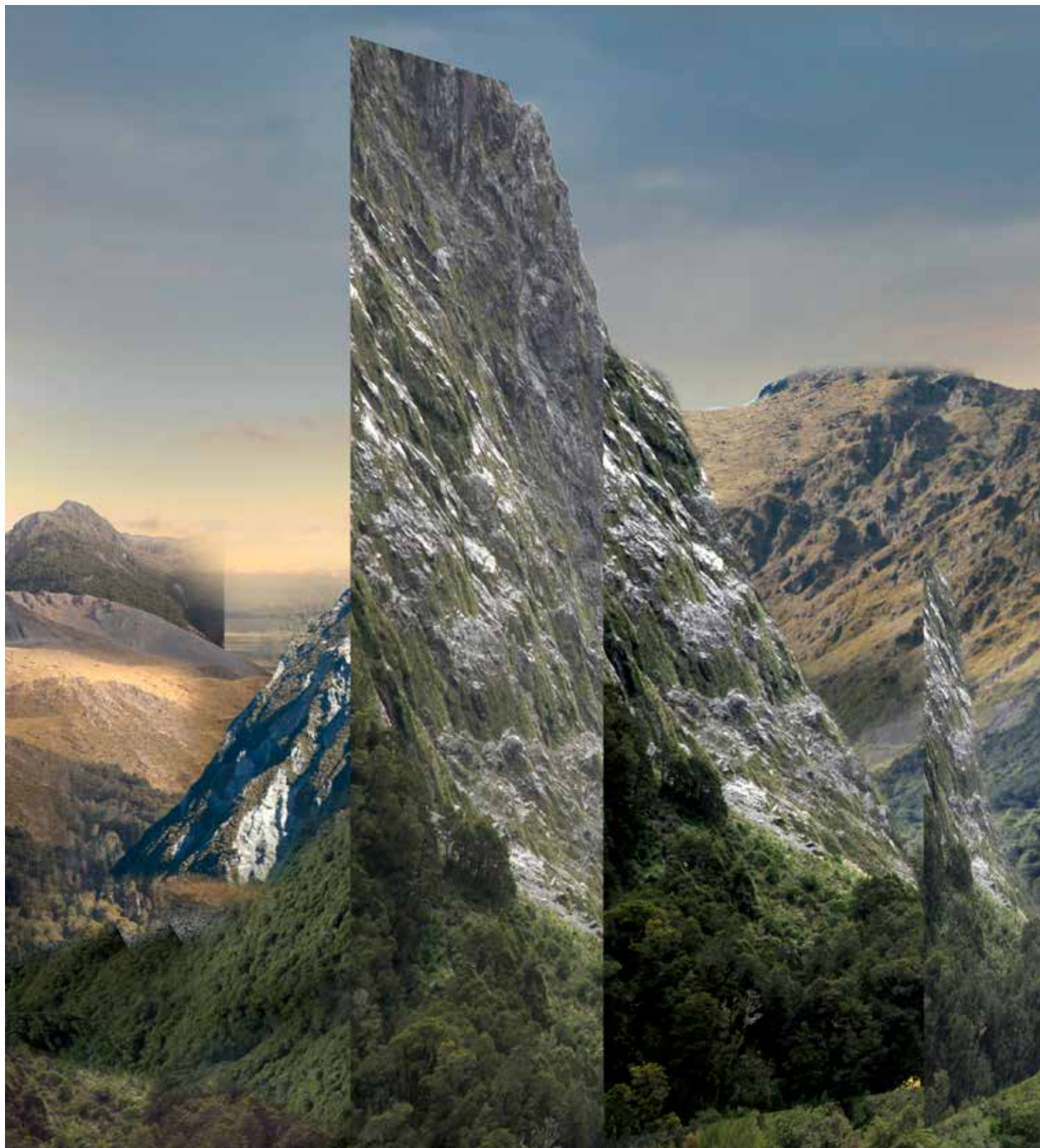


B E N J A M I N

MAGAZINE VAN JMW / ZOMER 2025 / JAARGANG 36 / NR. 140



Tikoen olam / Repareer de wereld - Met o.a. Establishing Eden (cover), Yanki Jacobs, Robert Vuijsje, Martijn Katan, Irene Zwiép, Ruben Koekoek, David Simon, Emile Schrijver



Duizenden jaren Joodse cultuur op één plek. Daarom steun ik het JCK met een vast bedrag per maand.

Ik geef om
Cultuur
door te geven

Word ook vriend van het
Joods Cultureel Kwartier

jck.nl/vriend

EXECUTEUR • NL



rt(4) DE ERFGENAAM



10% Ledenvoordeel

Executeur.nl wikkelt uw nalatenschap af precies zoals u dat wenst.

De spelregels van het erfrecht zijn complex. Wij ontzorgen uw nabestaanden in moeilijke tijden.

- Benoeming in testamenten en levenstestamenten
- Deskundige afwikkeling en advies

Neem contact op met Klaas Zondervan:
info@executeur.nl of 085 - 060 42 43

Klaas Zondervan



www.executeur.nl

Benjamin 140 / jaargang 36 / De zomer van tikoën olam



Tikoën olam wat doe jij? / 28

Inhoudsopgave

- 6** Literatuur / **Robert Vuijsje**
- 8** Interview / **Yanki Jacobs**
- 12** Ergernissen / **Schijngoedheid**
- 14** Tikoën olam / **Irene Zwiep**
- 16** Zakenwereld / **Ruben Koekoek**
- 18** Voeding / **Martijn Katan**
- 21** Column / **Emile Schrijver**
- 22** Historisch / **Danny Kaye**
- 24** Mijn Leven / **David Simon**
- 26** Vrijwilligers / **Sharon Mendels**
- 30** Eten / **Indonesisch**
- 34** Gemeenschap / **Maccabi vrouwen**

- 38** Afscheid / **Marianne Fuchs**
- 40** Freyda / **David Even**
- 42** Uitgelicht / **Leven met conflict**

Agenda/groepen, Lev, Mediene,
CDR, Sjoekertjes [vanaf pagina 44](#)





Kracht door betrokkenheid

Na de herdenkingen in het voorjaar is de blik bij JMW momenteel stevig op de toekomst gericht. Het is inmiddels ruim tachtig jaar sinds de bevrijding, en dat geeft ook aan dat de tijd voor iedereen doorloopt. Hoe verder weg we komen van de Tweede Wereldoorlog, hoe meer de taak van JMW zal veranderen en daarmee ook dingen als financiering en wat we precies kunnen doen voor de Joodse gemeenschap.

Daarom voeren we op dit moment gesprekken met een breed scala aan organisaties en mensen in de gemeenschap. Hoe kijken zij naar de toekomst van Joods Nederland, welke ontwikkelingen zien zij, en hoeveel impact zullen die ontwikkelingen hebben? Op basis van die mogelijke toekomstbeelden willen we onze rol en waarde als JMW bepalen. Daarover kunnen we dan weer in gesprek met onze financiers. Want dat er behoefte blijft bestaan aan de diensten van JMW, daar twijfelen we niet aan.

We horen in deze gesprekken dat er zorgen en ook wel angsten zijn, wat natuurlijk niet vreemd is te midden van de gespannen situatie rond Israël. Dat zien we uiteraard ook in onze dagelijkse praktijk, tijdens onze activiteiten en in de spreekkamers. Maar als we specifiek vragen naar hoe men de toekomst ziet, dan is er overwegend sprake van kracht en vastbeslotenheid. De toekomst, die maken we samen, is de boodschap, vooral onder jongeren. We zijn er zelf bij.

Tikoen olam

Je verwacht natuurlijk ook niet anders van een Joodse gemeenschap die, zoals we in dit themanummer van de Benjamin ook kunnen lezen, zich zo sterk bezighoudt met de wereld om zich heen. We zien in de verhalen hoe diep de connectie is met tikoen olam, het verbeteren, herstellen, van de wereld. Die sterke betrokkenheid is een van de krachten van de gemeenschap, die ook helpt met het omgaan met spanningen.

In de huidige omstandigheden is het vanzelfsprekend dat ongerustheid naar boven komt, zeker bij de oudere generaties die veel hebben meegemaakt, maar ook bij jongeren die nu met een gepolariseerde samenleving

worden geconfronteerd. Iemand die daar middenin staat is rabbijn Yanki Jacobs, die zich vooral richt op studenten en *young professionals*. In het interview met hem in dit nummer, heeft hij het onder meer over de gevolgen van die polarisatie. Ik ben onder de indruk hoe Yanki jongeren weet te bereiken en kracht geeft.

Omgaan met conflict

Het omgaan met de enorme emoties die momenteel losgemaakt worden door het geweld in Israël en Gaza is een taak waar veel bij komt kijken. Het tegengaan van polarisatie en het in stand houden van de dialoog, voor zover dat kan, zijn belangrijke elementen.

Bij JMW merken we daarnaast dat er ook grote behoefte is om de weerbaarheid ten opzichte van het antisemitisme te bevorderen. We beginnen daarom met een driejarig programma met dat doel, gesteund door het ministerie van Justitie en Veiligheid en passend in de strategie antisemitismebestrijding van het Kabinet.

Het is bij lange na niet het enige dat we doen in de huidige situatie. Iedereen die ergens over wil praten, kan bij ons terecht en veel mensen weten ons daarvoor te vinden. We bieden ook sinds dit jaar de mogelijkheid om mee te doen aan een van de gespreksgroepen “leven in de schaduw van conflict”. Hierover kunt u ook meer lezen in dit nummer.

Blijven geven

De gespreksgroepen zijn een mooie manier om steun te krijgen bij elkaar en te kunnen praten over wat ons bezighoudt. Iemand die dat als geen ander kon leiden en organiseren was Marianne Fuchs, die ons eerder dit jaar is overleden. Ze heeft vanaf 1979 tientallen jaren bij JMW gewerkt en stond onder meer aan de wieg van de Benjamin. Ook na haar pensioen, tot aan haar overlijden, bleef ze actief in de redactie en stond ze midden in de wereld. Wat een inspiratie om tot het laatste moment zo van jezelf te blijven geven. Ze wordt enorm gemist.

Ik wens iedereen een mooie zomer, put inspiratie uit dit nummer en houd elkaar vast.

Margo Weerts,
directeur-bestuurder JMW

Repareer de wereld

Voor de zomer probeert de Benjamin-redactie altijd een leuk, licht en luchtig onderwerp te verzinnen. De wereld even de wereld laten. Zo kwamen we op thema's zoals- eten, liefde en dromen. Maar de wereld blijft momenteel om aandacht schreeuwen. Wegdromen is prima, maar we vonden het dit jaar toch toepasselijker om stil te staan bij het verbeteren van die wereld, het repareren ervan in de Joodse traditie: tikoën olam.

Op de cover daarom een beeld van kunstenaarsduo Persijn Broersen en Margit Lukács uit hun film *Establishing Eden*. Een uitzicht op een gefragmenteerd berglandschap, opnieuw opgebouwd en heel gemaakt. Hierbij komt mede de deels Joodse achtergrond van Margit om de hoek kijken, waarbij haar vader alleen in fictie de wereld kon helen. Verder vertelt schrijver Robert Vuijsje over the *meaning of life* volgens zijn moeder, rabbijn Yanki Jacobs legt het begrip tikoën olam nader uit en benadrukt dat het ook gaat om het alledaagse. Irene Zwiep, hoogleraar aan de Universiteit van Amsterdam kijkt met haar studenten naar hoe het begrip van toepassing is op wat er in de wereld gebeurt en voedingswetenschapper en auteur Martijn Katan past het toe op het beter eten voor jezelf en de wereld.

Het begint allemaal, zoals Yanki Jacobs uitlegt, bij het kleine. Heel mooi om grote, bevlogen ideeën te hebben, die zijn ook hard nodig, maar vergeet niet om lief te zijn voor de omgeving. Heel veel mensen geven van zichzelf, op allerlei grote en kleine manieren. Vrijwilligers als Sharon Mendels, steunpilaren van Joodse organisaties zoals David Simon, en ook mensen die het in hun carrière toepassen, zoals Ruben Koekoek en David Even.

We dragen bij op de manier die bij ons past en op verschillende momenten in ons leven. Wat dat betreft is het misschien goed om even stil te staan bij de Benjamin zelf. Ons blad wordt voornamelijk gemaakt door een redactie van vrijwilligers. Een aantal van hen werkte voorheen bij JMW, weliswaar in dienstverband, maar wel voor een organisatie die zich inzet voor de gemeenschap.

Marianne Fuchs, een van de redactieleden van het eerste uur, mede-oprichter van de Benjamin en een veteraan in het steunen van de Joodse gemeenschap, is ons helaas eerder dit jaar overleden.

Ze was een drijvende kracht binnen de redactie en heeft zich tot het laatste moment voor de Benjamin ingezet. In het ziekenhuis maakte ze zich nog druk over het missen van een redactie-vergadering. Toen we het over tikoën olam hadden, was ze heel verbaasd dat ik haar werk en vrijwilligersrol daar ook onder schaarde. Dat deed je toch gewoon?

We missen haar ontzettend.

Ferry Biedermann, *hoofdredacteur*



Colofon

De Benjamin wordt uitgegeven door JMW, de welzijnsorganisatie voor Joods Nederland, en verschijnt vier keer per jaar in een oplage van 7.500 exemplaren. Het blad wordt op aanvraag gratis verstuurd naar in Nederland wonende abonnees en is ook online te lezen. Woont u in het buitenland en wilt u de papieren Benjamin? Dan wordt u voor de extra kosten na aanmelding door JMW gefactureerd voor de volgende vier nummers.

U kunt zich abonneren door gebruikmaking van de antwoordbon in deze Benjamin, of door registratie via de aanmeldpagina joodswelzijn.nl/benjamin-online/over-benjamin

Wilt u de gratis Benjamin steunen, dan kunt u een donatie overmaken op rekening NL15INGB0000204420 ten name van Stichting JMW Bijdragen & Fondsen, Amsterdam.

Het volgende nummer, 141, Rosj Hasjana 2025, verschijnt de week van 8 september.

Benjamin redactie

Hoofdredacteur: Ferry Biedermann

Redactie: Karien Anstadt,

Rico Brentjens, Jessica Polak,

Patrick Sternfeld, Jolan Toff

Correcties: Lea van Coeverden

Redactieadres

JMW

Van Boshuizenstraat 12

1083 BA Amsterdam

tel 088 165 22 00

E-mail: benjamin@joodswelzijn.nl

<https://joodswelzijn.nl/benjamin-online>

Vormgeving

Luna 3, Utrecht

Druk

Damen Drukkers, Werkendam

Voorpagina

Still uit de film *Establishing Eden*

van Persijn Broersen en Margit Lukács

Robert Vuijsje en de betere wereld

“Het verhaal van mijn moeder”

TEKST KARIEN ANSTADT FOTO PATRICK STERNFELD

“Op de laatste dag dat mijn moeder kon praten, stelde ik haar een vraag. Als er een *meaning of life* bestaat, wat is die dan? ‘Try and make the world a better place,’ zei ze. ‘Dat is wat je moet proberen.’ In het Hebreeuws zeggen ze: tikoén olam.”

Dat Sheila Gogol (1942 -2022) een bijzondere vrouw was en een bijzonder leven had gehad ging Robert Vuijsje, haar zoon, zich hoe langer hoe meer realiseren toen zijn moeder ziek werd. Deze ode aan zijn moeder, in de vorm van een boek: *Maak de wereld beter: het verhaal van mijn moeder*, kwam in november 2023 uit, een jaar na haar dood.

Het verhaal gaat over een levenslustig, avontuurlijk Joods meisje uit New York dat op achttienjarige leeftijd het ouderlijk huis verlaat en de wereld intrekt. Na een verblijf in Israël, het land waar haar vader was geboren en haar moeder als kind had gewoond, lift ze naar Europa en komt via Griekenland in Joegoslavië terecht.

In Belgrado komt ze in contact met een groep Nederlandse studenten en ontmoet daar de man met wie ze zal trouwen, Bert Vuijsje. En zo brengt het lot haar naar Nederland, naar Amsterdam, waar zij haar toekomst opbouwt.

Maar dit boek gaat over zoveel meer: het gaat over de relatie ouder-kind, over rouw, over identiteit en afkomst, over verschillen in tijdgeest, en over existentiële vragen.

En door dit alles heen ontbreekt de humor ook niet. In april van dit jaar bezoek ik Robert Vuijsje in zijn huis in Buitenveldert, waar hij met zijn vrouw en zonen woont. Bij binnenkomst geeft hij meteen aan dat hij het fijn vindt om over het boek te praten. Zijn vrouw verwent me met koffie en gebak, waarna zij ons alleen laat.

Op mijn vraag hoe het nu, een paar jaar na de dood van zijn moeder, met hem gaat, zegt hij dat hij haar nog steeds mist en iedere dag wel aan haar denkt. En zo starten we ons gesprek.

— Wat was de reden dat je je moeder de laatste dag dat ze kon praten juist naar de *meaning of life* vroeg?

“Ja, ik wist dat ze daar over nagedacht had omdat ze op die manier in het leven stond. Dat was een contrast met mijn vader, die zo anders in het leven staat, eigenlijk vooral met zijn werk bezig is. En ik vermoedde wel hoe mijn moeder over de *meaning of life* dacht, maar ik wilde het haar, zo dicht bij haar overlijden, horen zeggen, in haar eigen woorden.”

“Ze bracht tikoén olam in praktijk.”

“Ze was heel actief en had een druk sociaal leven, zat in allerlei clubjes en ze had altijd wel plaats voor een logé die tijdelijk geen onderdak had. Ze zocht, ik vind het een vervelend woord maar het klopt wel, altijd de verbinding met anderen, deed bijvoorbeeld mee aan dialoogavonden tussen Joden en moslims. Ze stond echt open voor de ander. Voor iedereen die op haar pad kwam. Ja, je kunt echt wel zeggen dat zij tikoén olam op die manier in praktijk bracht. Anders dan mijn vader. Die verkeerde als journalist, maar ook persoonlijk, vooral in kringen van gelijkgestemden. Maar mijn moeder ging om met iedereen, opleiding speelde voor haar geen rol, terwijl zij ook hoog opgeleid was, Engels gestudeerd had en een veelgevraagd vertaalster was.”

— Het lijkt alsof je rond haar dood ging beseffen hoe groot de betekenis van je moeder voor je geweest is.

Ik was 50 toen mijn moeder overleed en dat is natuurlijk de leeftijd waarop je je ouders kunt verliezen. Maar toen voelde ik ineens hoe ze er al die jaren voor me was geweest, deel uitmaakte van m'n leven. Mijn ouders zijn gescheiden toen mijn broer en ik nog klein waren, en in feite groeiden we vooral bij haar op.

Gedurende je leven maak je allerlei fases door waarin mensen komen en gaan, je hebt soms tijdelijke vriendschappen, mensen die weer uit je leven verdwijnen. Maar wat er ook gebeurde, mijn moeder was er altijd, ik kon op haar rekenen. Als ik als kind bang was of ergens verdriet over had, was haar geduld om me te troosten eindeloos. En al irriteerde het me later wel eens als ze raad gaf over de opvoeding van mijn kinderen, die ze vaak van

school ophaalde en thuis opving, nu mis ik die betrokkenheid. En ik mis haar bij bijzondere familiegebeurtenissen.

— *Je vergelijkt ook je eigen jeugd met haar jonge jaren.*

Ja, ze durfde toch maar die stap te zetten om in een totaal ander land te gaan wonen waarvan ze de taal niet beheerste en daar haar bestaan op te bouwen. Zelf voel ik me een halve Amerikaan, door mijn moeder en ook omdat ik de vakanties bij mijn grootouders in Amerika doorbracht.

Ik luisterde ook graag naar haar bijzondere belevenissen uit een ander tijdperk: hoe ze bij een schoolvriendje thuis Marilyn Monroe ontmoette en hoe ze in 1954 een concert bijwoonde van de jonge Elvis Presley.

Bij de strijd tegen racisme was ze van het begin af aan betrokken. Samen met mijn vader had ze deelgenomen aan de *March on Washington*, waar Martin Luther King op 28 augustus 1963 zijn beroemde speech *I Have a Dream* hield. Op de krantenknipsels hiervan, die zij bewaard had, wees ze me met een pen waar zij gestaan hadden.

Eigenlijk had ik daar ook willen opgroeien. Toen ik later in Memphis ging studeren vond ik het vreselijk om een jaar later weer naar Nederland te moeten. Maar toen ik vijf jaar later in Florida was, en een baan aangeboden kreeg, durfde ik het toch niet aan om me daar te vestigen.”

Een huis dat een leven weerspiegelt

Vuijsje vertelt wat er allemaal door hem heen ging bij het ontruimen van het huis van zijn moeder. “Je gaat door het hele leven van je moeder heen. En je vindt van alles en stelt jezelf iedere keer de vraag: waarom vond ze dit belangrijk om te bewaren?

Ook dingen uit je eigen jeugd kom je weer tegen: rapporten, tekeningen. Ik vond het moeilijk om te schiften, uiteindelijk nam ik wel twintig verhuisdozen mee, die ik in mijn eigen huis dan weer opnieuw ging bekijken. Het is een pijnlijk proces. Je realiseert je tegelijkertijd dat je eigen kinderen misschien over 30 jaar zo door jouw spullen, in jouw huis heen gaan.



Wat blijft er over van een leven? Maar één boodschap gaf mijn moeder mij duidelijk mee: dat zij het heel belangrijk vond dat ik al haar fotoalbums zou bewaren. En dat waren er nogal wat. Voor zij stierf herhaalde ze dat nog een paar keer: ‘zorg voor mijn fotoboeken’.

“Doe verder je best.”

Ik heb na haar dood in mijn werkkamer een nieuwe boekenkast laten bouwen waar over de hele muur van vloer tot plafond al haar fotoalbums in staan. Wat zullen mijn kinderen later met die foto's doen? Foto's waarop ook mensen staan die hun helemaal niets meer zeggen. Ik vroeg me af waarom we op deze wereld zijn. We zijn maar zo kort op deze aarde en een paar generaties verder is er niemand meer die ons nog gekend heeft.

Op de laatste dag dat ze kon praten, zei mijn moeder dat ze trots was op mij en mijn broertje. Ook zei ze dat ze een fijn leven had gehad in Nederland met ons en met de kleinkinderen. En ze gaf nog een advies: ‘Doe verder je best.’ Zoals ik er nu tegenaan kijk denk ik, net als mijn moeder, dat voor zover er een zin van het leven bestaat, die ligt in het leven doorgeven, kinderen krijgen en iets positiefs aan de wereld bijdragen.” •

Studentenrabbijn zoekt de spanning op

“Botsende werelden die elkaar tegenkomen”

TEKST FERRY BIEDERMANN

“Hoe gaan we weer toe naar een samenleving die minder polariseert,” vraagt rabbijn Yanki Jacobs (36) zich af als we het thema tikoën olam aankaarten. Bij Chabad on Campus op de Zuidas in Amsterdam en als studentenrabbijn voor heel Nederland ziet hij de effecten van de huidige spanningen in de samenleving bij veel jongeren. “Mensen zijn er achter gekomen dat het Jodendom en Israël een meer existentieel onderdeel vormen van hun bestaan dan ze aanvankelijk hadden gedacht.”

Veel Joodse studenten en jongeren kennen Jacobs en zijn vrouw Esty van de sjabbatmaaltijden die ze wekelijks in de grote eetkamer/keuken van Chabad op de Zuidas serveren. Dat is een moment waarop de politiek en ‘de situatie’ even geparkeerd worden: “Op vrijdagavond hebben we het er niet over, het gaat gewoon om de gezelligheid.”

Jacobs wil vooral heel laagdrempelig en open overkomen. Hij is rabbijn, heeft ervoor geleerd in een jesjiva en behoort van huis uit tot de orthodoxe, chasidische Chabad of Lubavitscher stroming. Hij zegt er echter zijn “eigen invulling” aan te geven en legt de nadruk op het openstaan voor iedereen die Joods is, en op de rol die hij kan vervullen in de bredere gemeenschap. Als studentenrabbijn die door het hele land werkt, heeft Jacobs dan ook niet als zodanig een synagoge, een sjoel.

“Als ik om me heen kijk, dan denk ik dat je bij Albert Heijn op het Gelderlandplein meer Joden tegenkomt dan in alle sjoels in Nederland bij elkaar. Dus in feite zou Albert Heijn een eigen rabbijn moeten hebben. Ik wil daarbij geen tekortdoen aan de sjoels die een hele belangrijke rol hebben, maar puur voor mezelf kijk ik waar ik het meest van betekenis kan zijn voor Joods Nederland.”

Met de paplepel ingegoten

Iets te betekenen voor Joodse Nederland lijkt hem met de paplepel te zijn ingegoten. Zijn vader, Binyomin Jacobs, is opperrabbijn en zijn ouders waren al tijdens zijn jeugd in Amersfoort nauw verbonden aan het Sinai-Centrum, de instelling voor Joodse geestelijke gezondheid. Hij zegt echter dat hij oorspronkelijk iets heel anders wilde doen, architect worden en geen rabbijn, maar het leven liep anders.

De omgang met de Sinai-kliniek en de mensen die daar in behandeling waren en ook bij zijn ouders over de vloer kwamen, staat hem nog scherp voor de geest. Als kind ging hij er met Rosj Hasjana de sjofar blazen. “Ik ben al op hele jonge leeftijd in contact geweest met mensen die toch wel zwaar in de problemen zaten op bepaalde momenten in hun leven.”

Dat kon van alles zijn, maar dat had toch ook vaak te maken met hun Joodse achtergrond, kan hij zich voorstellen. “Ik heb niet de medische kennis, maar op dat moment was denk ik driekwart van de Joodse gemeenschap in behandeling,” zegt hij met een glimlach. “Het centrum was gespecialiseerd in PTSS, de posttraumatische stressstoornis. Er kwamen mensen die de oorlog hadden meegemaakt en de kinderen daarvan, dus ongetwijfeld dat dat impact heeft gehad.”

Jacobs studeerde in Amerika en trouwde daar ook. Hij was op een gegeven moment het onderwijs “ingerold” en genoot daar erg van. “Ja, dat vond ik fantastisch, echt heel leuk, de ontwikkeling van curricula, en kinderen helpen zichzelf te ontwikkelen, dus hun eigen verborgen krachten naar boven te krijgen. Dat was fantastisch, ook op intellectueel gebied.”

Hij wilde eigenlijk in de VS blijven, maar toen vroeg Chabad, een grote chassidische stroming met branches over de hele wereld, of hij Chabad on Campus wilde opzetten voor Joodse studenten in Nederland. Dat was in 2012 en aanvankelijk voor een jaar. “Uiteindelijk is het een succes geworden en zijn we gebleven.”



FOTO: JULIE BLIK

Jacobs benadrukt dat hij het samen doet met zijn vrouw, Esty. Iedere week verwelkomen ze zestig à zeventig Joodse studenten en ‘young professionals’ bij de sjabbatmaaltijden. Verder is hij kind aan huis bij de universiteiten en kunnen mensen bij hem terecht met hun beslommeringen. Het gaat niet per se over onderwerpen als Israël en antisemitisme op de universiteit of op het werk, maar vaak juist om privéproblemen, zoals relationele vraagstukken, onverwachte zwangerschappen, mentale problemen en meer.

Zijn vrouw en hij hebben werkweken van tachtig à honderd uur, vertelt Jacobs, en ze halen er heel veel voldoening uit. “De jongeren vinden het leuk, mensen uit de gemeenschap steunen het, we merken dat het wordt gewaardeerd en dat maakt ook dat we het met plezier doen. Je moet dit leuk vinden, anders kan je het niet doen.

— *Wat vind je er zo leuk aan?*

Ik voer hele diverse gesprekken, met heel diverse mensen. Misschien geniet ik ook wel van de spanning. Amsterdam is een seculiere stad en Nederland een seculier land. Ik kom uit een orthodoxe, zeg maar ultraorthodoxe, omgeving en dat is ook de opvoeding die ik aan mijn kinderen geef. In het contact met een hele seculiere omgeving, zit natuurlijk een bepaalde spanning.

— *Hoe seculier is die omgeving? Mensen weten toch dat ze bij Chabad en de rabbijn langsgaan?*

Nee, want we noemen het ook niet Chabad. Ze komen langs bij Yanki en Esty. Ja, ik ben rabbijn, maar ze komen hier niet in een sjoel. Het is een huiskamergevoel. Ik ontvang mensen hier, maar kom ze ook tegen op de universiteit.

De spanning zit hem in de gesprekken die ik voer. Sommige mensen komen voor religie, andere mensen voor identiteit of zingeving en weer anderen komen om mensen te ontmoeten, voor de gezelligheid. Mensen vandaag de dag zijn eenzaam. Sinds 7 oktober natuurlijk nog meer dan voorheen. En wij zijn de plek waar de mensen aansluiting vinden bij de gemeenschap, bij elkaar.

Het heeft voor heel veel mensen weinig met religie te maken. Willen mensen meer met religie, dan kunnen ze bij me aankloppen, maar het is voor de meeste mensen niet de eerste aanleiding.

Dat betekent dat in de gesprekken botsende werelden elkaar tegenkomen. Als mij was gevraagd om rabbijn te worden van een religieuze gemeenschap in Jeruzalem, had ik dat misschien veel minder spannend gevonden.

Het is die botsing. Ik ga ook heel graag inhoudelijk het gesprek aan met mensen met wie ik het niet eens ben, die een ander perspectief hebben op Israël en het Midden-Oosten, op religie in de samenleving. En dan krijg je een soort kruisbestuiving. Zij gaan nadenken over wat ik zeg, en ik natuurlijk ook. Eenrichtingsverkeer werkt niet.

— *Je zei dat mensen sinds 7 oktober nog eenzamer zijn. Hoe komt dat?*

Je zag het al twee dagen na 7 oktober. Joodse studenten

die zich zeer verbonden weten en voelen met Israël omdat ze daar familie hebben of gewoon die binding hebben, liepen als verdoofd rond de eerste week. De rest van de samenleving was natuurlijk ook geschokt want iedereen heeft die beelden gezien, maar de meeste mensen gaan twee dagen later over tot de orde van de dag, zoals wij omgaan met een oorlog in Soedan. Schokkend, maar we gaan door.”

“Juist het alledaagse.”

“Op dat moment voelt die Joodse student, en ik denk niet alleen de student: hoe kan die ander doorgaan? Terwijl dat eigenlijk een hele normale gang van zaken is. Je kan je niet alle problemen van de wereld aantrekken.

Maar ik denk dat heel veel Joden, en mensen met een Israëlische achtergrond, toen een bepaalde verwijdering voelden van de rest van de samenleving. Dus die zijn hun eigen gemeenschap gaan opzoeken. We zien sinds dat moment een gigantische stijging van jongeren die hier naartoe komen, me bellen, een afspraak maken, deelnemen aan activiteiten. Dat is eigenlijk alleen maar gegroeid naarmate de omgeving kritischer wordt naar Israël.

— *Om even terug te gaan naar ons thema, tikoel olam. Zie je dit werk als onderdeel daarvan?*

Tikoel olam betekent gewoon de wereld verbeteren, of repareren. We doen dit werk ook voor de ander, we helpen mensen, dus wat dat betreft is het tikoel olam. Daar kan je op heel veel manieren invulling aan geven.

Mensen hebben behoefte aan aandacht, aan liefde, aan vrienden, aan gemeenschap, aan zingeving en aan richting. Dat is waar wij ondersteuning in geven. Wat dat betreft is het tikoel olam.

— *Hoe centraal is dat concept van tikoel olam eigenlijk in het Jodendom? Is het ook een beetje een hype van de laatste tijd?*

Alles kan natuurlijk een hype zijn en dat het nu op deze manier, de afgelopen vijftig jaar, wordt genoemd, is redelijk een hype. Maar in feite is het idee vanuit het kabbalistische perspectief wel dat we een schepper hebben, een God, die de wereld heeft gemaakt en de mens is partner en wij scheppen door.

We zijn onderdeel van die schepping. De wereld is niet volmaakt en wij hebben daar een aandeel in. Wij moeten die wereld beter maken. Dat is tikoel olam. Of je nu het woord gebruikt of niet. Het klinkt heel hip, en dat is oké, maar in feite is het Jodendom wel exact dat.

De wereld is niet perfect en het is aan ons, de mensheid, om die perfect te maken. Daar is religie onderdeel van. De uringen ervan, de zingeving en natuurlijk ook de geboden, de mitswot. De invulling van het Jodendom zien we als onderdeel van een verbetering van de wereld.

— *Hoe specifiek is tikoel olam? Is het iets activistisch, zoals plastic uit de oceanen verwijderen, of is het ook het meer traditionele geld geven aan goede doelen, of mensen die het nodig*

hebben, helpen in de huishouding?

Als ik de woorden tikoën olam vertaal, het repareren van de wereld, dan kunnen mensen daar verschillende invullingen aan geven. Er zal ongetwijfeld iemand zijn die zegt dat het betekent dat die zich moet inzetten voor het klimaat. Maar het betekent ook gewoon lief zijn voor je buurman.

“Als je kijkt naar de bredere samenleving, denk ik dat we te maken hebben met een extreme vorm van polarisatie, het algoritme-denken. Op sociale media krijg je door het algoritme steeds meer te zien waar je eigenlijk al in gelooft en word je daarin bevestigd. Als maatschappij hebben we dat algoritme-denken steeds meer naar de normale samenleving geïmporteerd.”



FOTO: PATRICK STERNFELD

Ik begrijp de neiging om meteen heel groots te denken, maar het zijn vaak de kleine dingen die het doen. Juist die maken de wereld beter. Als je heel groot denkt, is het fantastisch als je dat kan bereiken, maar je moet zeker ook niet het kleine vergeten.

Het is natuurlijk een valkuil voor veel mensen dat ze heel groot denken en hun directe, naaste omgeving vergeten. Dat ze zo bezig zijn met de wereldproblematiek, maar dat bijvoorbeeld hun relatie tegelijkertijd stukloopt.

Tikoën olam is ook je directe omgeving, dat moeten we niet vergeten. Het is ook, hoe ga je om met je vrienden, je ouders, je partner, je buurman of je secretaresse en collega's. De clou van het Jodendom zit juist in de kleine dingen. Het zit hem niet in de grote geloofsbelijdenissen, maar juist in het dagelijkse, het alledaagse.”

Tegen de polarisatie

Maar groots denken is Jacobs ook niet vreemd, hij heeft meer pijlen op zijn boog, zoals zijn masterstudie aan de Universiteit van Amsterdam, en mengt zich ook desgevraagd in het publieke debat. Dat kan over Israël gaan en het Midden-Oosten, of andere grotere vraagstukken in de samenleving waar hij bij de term tikoën olam aan moet denken.

Jacobs vindt dat de politiek, de media, influencers, maar ook de mensen zelf, een grote verantwoordelijkheid hebben. Om minder hard te schreeuwen, maar ook om leiding te geven in plaats van zich alleen te laten leiden door hun achterban en door de clicks.

“Het mag schuren.”

“Op school had ik wel eens conflicten met docenten en dan zeiden mijn ouders, ‘Yanki, het gaat er niet om of je gelijk hebt, het gaat erom hoe je ermee omgaat.’ Dus je kan wel gelijk hebben, maar de vraag is, ga je er verstandig mee om?

Ik denk dat dat iets is waar we als samenleving over moeten nadenken. Ik denk dat de meeste mensen goed willen, maar dat veel mensen niet de consequenties van hun woorden en uitingen voor ogen hebben en misschien verwaald raken. Het is aan politieke leiders, maar ook religieuze, zakelijke, eigenlijk aan iedereen, om daar weer verantwoordelijk mee om te gaan. Ik bepleit geen eenheidsworst, het mag schuren, je mag verschillende meningen hebben, maar doe dat op een verantwoorde manier. Daar wil ik ook mensen in Den Haag op aanspreken.” •

10x ERGERNISSEN

Over ogenschijnlijke goedheid

Jolan Toff doet op zijn manier aan tikoën olam, door zich te ergeren aan mensen die doen alsof ze de wereld beter maken, maar eigenlijk heel andere motieven hebben.

- 1 Sommige bewoners die bloempotten voor hun deur zetten, doen dit niet ter opfleuring van het straatbeeld, maar omdat ze dan geen last meer hebben van fietsen die tegen hun huis gezet worden.
- 2 Bij een aantal horecagelegenheden krijg je genereus een schaalpje brood met roomboter aangeboden. Later blijkt dit op de rekening te staan. Hetzelfde kan ook gebeuren als je om water vraagt.
- 3 Een kennis vraagt zeer geïnteresseerd hoe het met je gaat. In de loop van het gesprek blijkt dat hij iets van je nodig heeft.
- 4 Woordvoerders van grote bedrijven die zeer nadrukkelijk aandacht vragen voor de maatregelen die ze nemen om het milieu niet te belasten. Je hebt ze er nog nooit over gehoord, voelt dat ze er niets van menen, maar dat je dit tegenwoordig hoort te zeggen.
- 5 Een supermarkt adverteert met eetrijpe avocado's: €1,50 per stuk, twee voor €2,99. Ook blijkt, bij nadere bestudering, dat bij sommige andere aanbiedingen er minder in de verpakking zit dan voorheen.
- 6 Mensen die, met een bevlogen verhaal, bij je aanbellen en vragen of je lid wil worden van een of andere ideële organisatie. Of hun motieven ook ideël zijn is nog maar de vraag, ze krijgen namelijk voor ieder die zich inschrijft betaald. Iets dergelijks gebeurt bij de ingang van Artis. Daar staan mensen in een hesje die je hartelijk welkom heten. De argeloze bezoeker denkt dat dit medewerkers van Artis zijn. Het blijken echter verkopers van de Vriendenloterij die je loten proberen te verkopen.
- 7 De mondkapjesaffaire. Tijdens de corona pandemie in 2020 beweerden drie ondernemers uit goedheid mondkapjes te leveren aan de overheid zonder hierop winst te willen maken. Later bleek dat ze er miljoenen aan verdiend hadden.
- 8 Cafés waar nootjes gratis worden aangeboden. De bezoekers krijgen hierdoor dorst en gaan dan meer drankjes bestellen.
- 9 Joviale colporteurs die je bij de supermarkt een gratis krant aanbieden. Zodra je deze aanneemt proberen ze je een abonnement aan te smeren.
- 10 Het summum zijn de zogenaamde bank-medewerkers die kwetsbare ouderen bellen met het verhaal dat er door criminelen geld wordt afgeschreven van hun rekening. Zij bieden aan het op te lossen en zijn zelfs zo "goed" het pasje op te halen, waarbij ze nog even naar de pincode vragen. Zij plunderen daarna de rekening. •

FOTO: PATRICK STERNFELD





Israëlactie

PROUD PARTNER OF KEREN HAYESOD

SAMEN BOUWEN WE AAN DE TOEKOMST VAN ISRAËL

Om door te gaan. Om vooruit te kijken.

HET FONDS VOOR DE TOEKOMST

- Mentale zorg en traumaverwerking
- Laat kinderen weer lachen, spelen en helen
- Steun reservisten in hun weg naar herstel en balans
- Geef een baby een veilige en liefdevolle start in het leven
- Geef jongeren kansen via krachtige onderwijsprogramma's
- Bied ouderen een waardig thuis, vol warmte en zorg
- Breng een Joodse vluchteling veilig thuis in Israël
- Ondernemers steunen bij het heropbouwen van hun droom
- Kwetsbare gemeenschappen bijstaan
- Mobiele schuilkelders plaatsen ter bescherming

UW BIJDRAGE BOUWT MEE AAN DE TOEKOMST.

Met een donatie wordt u een onmisbare schakel in het verhaal van Israël – vandaag, morgen en in de toekomst.



info@israelactie.nl

T: +31 20 644 84 29

www.israelactie.nl

IBAN: NL91 INGB 0000 7777 77

Voor meer informatie: vraag onze brochure aan

Algemeen Nut
Bevattende Instelling
ANBI

Help, de mens is klusser!

“Perfectie is stilstand, en stilstand is saai.”

TEKST IRENE ZWIEP FOTO'S BOB BRONSHOFF (PORTRET)

Wat is de rol van tikoën olam in de Joodse intellectuele geschiedenis en hoe zit dat nu, met alles wat er in de wereld gebeurt? Dat is een kolfje naar de hand van Irene Zwiep, hoogleraar Hebreeuwse en Joodse studies aan de Universiteit van Amsterdam. Ze beweegt zich op het snijvlak van academisch onderzoek en de politiek en kijkt met haar studenten naar de toepassingen in de echte wereld.

November 2023. Met een groep bachelorstudenten lees ik rabbijnse teksten. Op het programma staat een midrasj op Exodus, die beschrijft hoe eng bevrijding is als dat betekent dat je daarna de woestijn in wordt gestuurd. Het is een verstandige tekst over existentiële angst, maar ons hoofd staat er niet naar en ons hart, zou dichter Juda Halevi zeggen, is in het Midden-Oosten.

We leggen de oude bespiegelingen daarom terzijde en richten ons op actuelere zaken: wat zegt de halacha eigenlijk over oorlog en het recht op zelfverdediging? Hoe ziet de wet de zorgplicht voor hen die zijn ontvoerd? Wat weegt zwaarder: de dood van de een, of het leven van de ander? Wat heeft dus voorrang, vechten of vrijkopen? Welke *psak*, welk halachisch advies zouden wij, Hollandse stuurlui aan de wal, de Israëlische overheid meegeven?

Tot elke prijs?

Wanneer het gaat om oorlogsvoering, merken we, is de halacha een tikje terughoudend. De zorg voor gijzelaars, daarentegen, lijkt onvoorwaardelijk: *pidjon sjevoejim mitzva rabba* – het loskopen van krijgsgevangenen is een groot gebod, stelt de Talmoed (Bava Batra 8b).

Voor een dragende motivering verwijzen de geleerden naar een uitspraak van de profeet Jeremia (hoofdstuk 15 vers 2): “En als ze vragen waar naartoe, dan zeg je: wie ten dode, die ten dode; wie tot het zwaard, die naar het zwaard; wie tot honger, die naar honger; en wie tot krijgsgevangenschap, die naar krijgsgevangenschap.” En dat laatste, concludeert de Talmoed, is het ergst van allemaal. Want wie gegijzeld wordt verliest niet alleen zijn vrijheid, maar kijkt onherroepelijk alle drie – de dood, het zwaard, en de honger – in de ogen.

Ruim duizend jaar later doet de *Sjoelchan Aroech* (Yoreh De'ah 252) er nog een schepje bovenop. Er is geen mitswa groter dan het vrijkopen van gijzelaars, aldus auteur Josef Karo. Iedere minuut die wordt verspild telt als actief bloedvergieten. Op zoek naar losgeld mag je daarom ook



donaties herbestemmen (best een doodzonde), zelfs al was de gift oorspronkelijk bedoeld voor de synagoge.

“We gaan niet tot het uiterste.”

De sjoel verkopen om geld vrij te spelen mag dan weer niet, en dat blijkt niet de enige grens die Karo trekt. Zo

mogen we ook geen losgeld betalen “boven de redelijke prijs”, want zulke megawinsten maken van ontvoering een al te lucratieve business; voor het vrijkopen van rabbijnen maakt Karo overigens graag een uitzondering. En gijzelaars helpen ontsnappen is ook een no-go, want dat leidt tot strengere bewaking en, wie weet, tot harde straffen. Voor beide beperkingen voert de *Sjoelchan Aroech* dezelfde onderbouwing aan. Geen sombere profeet dit keer, maar simpele walletje-schuurtje-logica: we gaan niet tot het uiterste *mipnee tikoën olam*, omwille van “de reparatie van de wereld”.

Grenzen aan de wet

Daar ging onze mooie *psak* (“alle ballen op betalen”), met dank aan Karo’s scrupules. Want in termen van gezond verstand valt daar natuurlijk weinig op af te dingen. In een situatie waarin je kind, je lief, of je moeder gevaar loopt en jij niet aan de knoppen zit, moet je eerst denken en dan pas doen.

Maar in termen van Joodse theologie (laten we dat woord dan toch maar gebruiken) zien we stiekem ook iets moois gebeuren: de goddelijke wet doet hier een stapje terug voor het menselijk tekort. Ja, gijzelaars vrijkopen móét – nalatigheid is bloedvergieten – maar niet tegen elke prijs, zodat we de kwaadwillende medemens niet onnodig in de verleiding brengen. Om erger te voorkomen zien we af van *pidjon sjevoejim* en plegen we een ‘halachische moord’. Zo overtreden we, op goddelijk gezag nog wel, de grootste *mitzva* van allemaal. Er zijn dus blijkbaar gevallen waarin de wet mag wijken voor de mens. *Mipnee tikoën olam*, noemt de wet dat zelf: zodat die mens zijn gehavende wereld niet nog meer schade toebrengt maar juist, letterlijk, een stukje repareert.

Morele bouwput

De Eeuwige, aldus de Tora, schiep een volmaakte orde. Daarna schiep Hij de mens, in de wetenschap dat die er vanaf dag één (oké, dag zes) een rommeltje van zou maken. Van een paradijselijke tuin werd de wereld, in de woorden van kabbalist Yitzchak Loeria (de Ari), een *olam ha-tikoën*, een morele bouwput die permanent onderhoud behoeft.

Die wereld is in de kern goed noch slecht, maar wel heel kwetsbaar, dus er is altijd genoeg te doen. En daar worden we gelukkig ook steeds beter in. Van dierenleed tot mensenrechten, van zonnepanelen tot Giro 555, we herkennen steeds meer onrecht en onze gereedschapskist groeit mee.

“Hij zag dat het goed was,
want verre van volmaakt.”

De Eeuwige laat ons bovendien alle ruimte om te klussen. In de Kabbala van de Ari trekt Hij zich terug in zichzelf



– de beroemde *Tzimtzoem* of goddelijke Krimp – om plaats te maken voor onze vergankelijkheid, voor onze fouten en

voor onze daden van herstel. In de halacha van Karo blijkt Hij zelfs niet te beroerd om, hoe paradoxaal wil je het hebben, Zijn eigen wetboek op te schorten om misdaad te voorkomen.

Noem dat maar niks, een almachtige God die Zijn eigen kroonjuwelen, inclusief het paradijs en de wet, in de ijskast zet voor een coalitie met de feilbare mens. En dat allemaal *mipnee tikoën olam* – voor een wereld vol scheuren en littekens, die na 5785 jaar mensenwerk van pleisters, hechtingen, schroeven en spackfix aan elkaar hangt.

God is een huisvrouw

Alles is voorzien, maar de vrije wil is gegeven, zei Rabbi Akiva ooit. Destijds was dat een bekende stoïcijnse doodoener, die zich voor dit stukje misschien het best laat vertalen als: God gaat voor het perfecte plaatje, maar Hij laat ons de keus en daarmee de kans op imperfectie. Niet uit jaloezie of zuinigheid, maar als een *act of kindness*, simpelweg omdat met onvolmaaktheid een stuk beter, en leuker, te leven valt dan met perfectie. Perfectie is stilstand, en stilstand is saai. God kan erover meepraten. Diep in Zijn hart is God een huisvrouw. Hij weet: het leven is als een witte broek. De eerste koffievlek is een kleine ramp (dag, mooie witte broek) maar ook een opluchting – zo, dat hebben we gehad, aan de slag, waar is de zeep? Hij weet: de mens is niet gemaakt voor het paradijs maar voor de bouwmarkt. Hij schiep ons daarom niet voor de wet, maar *mipnee tikoën olam*. Hij leunde achterover, keek naar Zijn handwerk en zag dat het goed was, want verre van volmaakt. •

Voorblad van
de *Sjoelchan*
Aruch van
Karo

Tikoen olam in de financiële sector

Ruben Koekoek blijft sociaal

TEKST PATRICK STERNFELD FOTO EVELIEN HOOGERS

Behalve met grote donaties aan goede doelen, lijkt de financiële wereld op het eerste gezicht weinig op te hebben met tikoen olam. Zeker nu de regering-Trump het zogenoemde ESG (*Environment Social and Governance*) investeren in groene en sociaal verantwoorde fondsen onder druk zet. Ruben Koekoek en zijn Social Finance NL, gaan echter door op de ingeslagen weg.

“**W**ij richten ons op projecten en bedrijven met een duidelijke sociale doelstelling. De waarde, die door Social Finance NL wordt toegevoegd, is direct verbonden met de maatschappelijke impact. Wij denken daarbij niet in termen van kosten van door ons voorgestelde oplossingen, maar kijken naar wat ze opleveren voor de samenleving,” aldus Ruben Koekoek, mede-oprichter en managing director van het bedrijf. “Wij geloven dat de werelden van financiën en het sociale prima te combineren zijn. Vaak gaat het in het zakenleven over het kiezen tussen 'goed doen' en 'zakelijke keuzes' maken. Daar wilden wij met de oprichting van Social Finance verandering in aanbrengen.”

Blijvend engagement

Hij had in 2019 net de overstap gemaakt van de ABN AMRO naar zijn eigen bedrijf toen hij daar vol enthousiasme in de Chanoeka Benjamin over vertelde. Sindsdien is hij niets van zijn gemotiveerdheid kwijtgeraakt. Hij staat nog steeds vierkant achter deze voor hem fundamentele carrière-switch.

“Ik miste (bij de bank, *red.*) de uitdaging van het er zelf voor gaan, er helemaal in geloven, het risico durven nemen, ook als dat betekent dat je door het nastreven van sociale doelstellingen een stapje terug moet doen.”

In het kader van het thema tikoen olam reden genoeg om hem weer eens op te zoeken in zijn kantoor in het Koninklijk Instituut voor de Tropen. Hoe staat zijn organisatie er momenteel voor? Heeft hij met zijn ideeën, die destijds tamelijk onbekend en in ieder geval vernieuwend waren, vaste grond onder de voeten gekregen? Of moest hij misschien lesgeld betalen omdat het allemaal te progressief of te soft is geweest?

Om dat laatste maar meteen te weerleggen, goedlachs

en stralend van zelfvertrouwen licht hij toe dat er in die afgelopen periode echt wel sprake is geweest van een daadwerkelijke ontwikkeling van het bedrijf. “We zijn van twee, bij de start, naar een team van inmiddels twintig medewerkers gegroeid. Allemaal gedreven mensen met kennis van zaken, die vaak ook een eigen netwerk meebrachten.”

Veranderde tijden

Ruben beaamt dat de tijdgeest van nu een andere is dan die van destijds. Een voorbeeld is de ontmanteling van USAID. “Die heeft misschien geen directe invloed op onze organisatie, maar het is wel degelijk een teken,” zegt hij.

“Ook bijvoorbeeld ons idee van destijds dat Social Impact Bonds (SIBs) zo ongeveer dé oplossing zouden zijn om sociale projecten te financieren hebben we verlaten.”

Zulke Bonds, legde hij al uit in de Benjamin bijna zes jaar geleden, zijn een manier om financieel rendement en maatschappelijke impact te combineren. Met zo’n SIB betaalt de overheid een investeerder voor het behalen van een succesvolle aanpak van een maatschappelijk probleem. Dat kan bijvoorbeeld gaan over zaken als het bestrijden van (jeugd)werkloosheid of schuldsanering. Als het project succesvol wordt afgerond krijgt de investeerder een rendement. Als het daarentegen niet slaagt, dan krijgen de investeerders niets van de inleg terug. Dit biedt overheden de kans om nieuwe manieren voor het aanpakken van maatschappelijke vraagstukken risicoloos uit te proberen. Investeerders dragen het financiële risico.

De verwachtingen rond de SIBs zijn echter veranderd, legt Ruben uit. “We hebben ons daarin moeten aanpassen. Het belang van de Bonds bestaat nog steeds, maar nu zien we ze meer als een instrument naast andere instrumenten die wij in onze adviesrol inzetten.



“Een plezierig en waardevol leven leiden.”

Wat blijft is dat het altijd gaat om langdurige samenwerkingsverbanden tussen partijen als overheden, filantropen, financiers en (sociale) ondernemers. Die partijen brengen wij bij elkaar en bieden ondersteuning aan bij het vinden en opzetten van duurzame, sociale projecten.

Dat kan gaan van valpreventie voor ouderen tot de oprichting van een maatschappelijk vastgoedfonds. Onze expertise is daarbij vooral het bieden van kwantitatief gereedschap om de maatschappelijke waarde, die er voor de samenleving in zit, meetbaar en dus zichtbaar te maken,” zegt Ruben.

Tikoen olam in werk en ook in privé

“Tikoen olam is meer dan een principe, het vormt de leidraad voor mijn werk. In mijn handelen moet het doel betekenisvol zijn en continuïteit de rode draad vormen.” Dat geldt ook voor zijn persoonlijk leven. Zo bekleedt hij het voorzitterschap van Avaniem, waar hij actief is met het werven van fondsen voor de vereniging Haboniem Dror, die zich “dé pluralistische en maatschappelijk betrokken Joodse jeugdbeweging van Nederland” noemt. Ruben is ook elf jaar eerst als penningmeester en later als voorzitter betrokken geweest bij het Joods Humanitair Fonds dat Joodse gemeenschappen in Oost-Europa ondersteunt.

Met zijn vriendin Suzanne voedt hij drie dochters op in de Amsterdamse Rivierenbuurt. Hoe hij zijn kinderen graag ziet opgroeien? “We geven ze een Joodse opvoeding, waarbij we onze waarden met ze delen. Uiteindelijk hoop ik dat ze bewuste keuzes maken om een zo plezierig en waardevol leven te leiden voor zichzelf, de omgeving en de maatschappij.” •

Beter eten voor de wereld en jezelf

Martijn Katan tegen “prietpraat en kletsboek”

TEKST [JESSICA POLAK](#) FOTO'S [PATRICK STERNFELD](#)

Spreek over voeding en wetenschap met Martijn Katan, emeritus-hoogleraar voedingsleer aan de VU Amsterdam, en dan vallen er woorden als plicht, missie en zelfs schuld. Mensen helpen om beter te eten, voor zichzelf en voor de wereld, bevat duidelijk een element van tikoën olam, het verbeteren van de wereld. Intussen is Katans eigen relatie met het Jodendom niet altijd makkelijk geweest.

Katan (1946) heeft veel en breed gepubliceerd over voeding, onder meer in twee boeken die nog altijd goed gelezen worden, ook in de zorg, zegt hij. Maar hij heeft ook uitvoerig geschreven over het verzetsverleden van zijn ouders en verdere familie in het boek *Geen Makke Schapen* (zie Benjamin 124, zomer 2022).

Hij groeide niet religieus op, maar wel Joods. Zijn ouders hadden vooral Joodse vrienden, gebruikten honderden Jiddische woorden en de oorlog was altijd aanwezig. Martijn deed zijn barmitswa, ging op zondag naar de Joodse les en was lid van Haboniem. Bij de winterkampen was hij gelukkig. “Daar waren we even bevrijd van de schaduw van de oorlog. Met allemaal Joodse kinderen onder elkaar, dat voelde veilig.”

Aan het eind van zijn jeugd ontstond er een breuk met het Jodendom. Hij was bij Haboniem opgevoed om op aliya te gaan, hij stond al ingeschreven bij de universiteit van Jeruzalem, toen hij begon te twifelen: hij studeerde al een jaar in Amsterdam en voelde zich daar goed, in een warme omgeving met veel vrienden. In Jeruzalem kende hij niemand. Uiteindelijk hakte zijn vader de knoop door en besliste dat hij eerst zijn studie zou afmaken in Amsterdam. Katan voelde zich als Jood mislukt: “Ik stopte met alle Joodse activiteiten, ging niet meer naar Haboniem, wilde niets meer met het Jodendom te maken hebben.”

Leven voor de wetenschap

De wetenschap bleek een grote liefde. Hij studeerde chemie en promoveerde in de biochemie; daarna stapte hij over op voedingswetenschap. Hij had een inspirerende leermeester, professor Piet Borst, die zijn leven lang een voorbeeld voor hem bleef.

“Wetenschap geeft zekerheid en houvast. Ik heb behoefte aan die veiligheid. Dat zal wel weer voortkomen uit de

oorlog. Wetenschap berust niet op meningen, maar is rotsvast. Het is een fundament onder de wereld waar je op kan bouwen.”

Onderzoek op Sumatra naar blindheid bij kinderen als gevolg van een tekort aan vitamine A, deed hem beseffen dat wetenschap rechtstreeks gevolgen heeft in de realiteit. “Als je iets fout doet, als je onderzoek niet diepgaand genoeg is, kunnen mensen gevaar lopen, dus je moet net zo lang doorgaan tot je die rots van de wetenschap hebt bereikt.”

Dat ethische aspect weegt zwaar. Katan voelt zich nog steeds schuldig dat hij is meegegaan in het dominante voedingsverhaal uit de jaren tachtig, dat alle vetten schadelijk zouden zijn en dat een gezond dieet vooral uit koolhydraten moest bestaan.

Hij zag de fouten in die opvatting. “Maar de hele wetenschappelijke wereld geloofde erin en ik ben pas tien jaar later met een paar collega’s in verzet gekomen.” Uiteindelijk daalde het besef neer in de voedingsleer: sommige soorten vet zijn slecht voor de gezondheid, maar andere, zoals de onverzadigde vetzuren, zijn juist goed voor je en horen in een gezond dieet.

Voedselmythes

Naast deugdelijke wetenschap bedrijven wilde Katan die kennis graag in begrijpelijke taal verspreiden. “Ik vond het niet eerlijk. De meeste informatie over voeding is prietpraat en kletsboek. Ook dieetboeken scheppen vooral valse illusies.”

Daarom publiceerde hij in 2008: *Wat is nu gezond?: Fabels en feiten over voeding*. Een geheel herziene editie kwam uit in 2017. In 2016 verscheen *Voedingsmythes: Over valse hoop en nodeloze vrees*.

De boeken beschrijven in glasheldere taal en met onderbouwing welke stoffen je lichaam nodig heeft,

wat een tekort of een te veel aan voedingsstoffen met je gezondheid doet en hoe een gezond dieet er in grote lijnen uitziet. Ze staan vol interessante kennis over hoe je lichaam omgaat met wat je eet.

Verantwoorde maaltijden

Voor het interview heb ik Martijn Katan gevraagd of hij wat suggesties wil geven voor een gezonde en planeetvriendelijke maaltijd die ook koosjer kan. Hier zijn ze:

- Gebakken tofu met kerriesaus, verse gember en gebakken uitjes. Erbij: bruine rijst en rucola-salade met kappertjes, gedroogde tomaten en pompoenpitten.
- Voor de kok die van makkelijk houdt: een vegaburger, aardappelen gekookt in de schil en doperwtjes uit de diepvries, met mayonaise.

Voor lunch of ontbijt:

- Volkorenbrood met notenpasta of pindakaas
- Een boterham met een plakje kalfslever. "Lever is een voedingsstoffenbom in de goede zin, vol eiwit, ijzer, zink, vitamine D en vitamine B12."

Zo leer je bijvoorbeeld hoe het komt dat je minder eten nodig hebt als je afgevallen bent en hoe het precies zit met snelle en langzame koolhydraten. Je ontdekt dat ons lichaam niet alleen een afweersysteem heeft tegen microben, maar zelfs twee afweersystemen tegen gifstoffen. Katan legt ook uit hoe wetenschappelijke kennis over voeding tot stand komt. Dat gaat heel moeizaam: onderzoek mislukt vaak en er zijn geniepige valkuilen. Toch is het mogelijk om de vaste rots van de kennis te bereiken, met geduld en ingenieuze methoden.

"Simpel: minder vlees eten."

In *Voedingsmythes* onmaskert Katan met smaak een groot aantal wijdverbreide geloofsartikelen, waarbij hij en passant vertelt hoe die mythes in de wereld zijn gekomen. Vaak zit de commercie erachter, of sommige media die weten dat elk voedingsnieuwte, rijp of groen, er bij het publiek in gaat als koek. Soms blijkt er een 'exotischer' bron te zijn, bijvoorbeeld een neonazi website, waar racistische en antisemitische complottheorieën samengaan met een al even ongefundeerde angst voor de magnetron. Katan laat luid en duidelijk horen dat kruidengeneesmiddelen en voedingssupplementen gevaarlijk kunnen zijn. "Medicijnen worden uit en te na getest voor ze op de markt komen. Maar er is geen deugdelijke wetgeving



voor voedingssupplementen. Mensen gaan ervan uit dat als het in de winkel ligt, het dan wel gekeurd is en veilig. Maar dat is niet zo. De Nederlandse Voedsel- en Waren Autoriteit doet zijn best, maar die kan alleen maar achteraf testen. Dit zou Europees geregeld moeten worden, maar de politiek wil er niet aan omdat ingrijpen (vooral Duitse kiezers kan kosten."

Beter eten voor de wereld

Tot nu toe hebben we het gehad over de verantwoordelijkheid van de wetenschapper. Maar kan een gewone consument ook zelf met zijn/haar voeding bijdragen aan een betere wereld? Katan: "Dat is simpel: minder vlees eten. Voor het klimaat moeten er minder koeien, varkens en kippen komen. Negentig procent van de koeien zou moeten verdwijnen. Veeteelt is het omzetten van voedsel in grote hoeveelheden mest en CO₂ plus een klein beetje vlees en melk."

— *Je schrijft dat de gemiddelde Nederlander ongeveer een kilo vlees per week eet en dat dat wel naar de helft kan. Is dat wat je nodig hebt voor je gezondheid?*

"Eigenlijk hebben volwassenen helemaal geen vlees nodig. Voor kinderen helpen vlees en vis wel om de benodigde voedingsstoffen voor de groei binnen te krijgen. Zeg 50 gram vlees en 50 gram vis per week. Volwassenen kunnen zonder, maar het moet gezegd worden dat vlees wel een handige manier is om bepaalde gezonde stoffen binnen te krijgen. Dus als je dat wilt meepikken, kun je het houden op diezelfde 50 + 50 gram per week, dat is voedingskundig gezien voldoende.

— *Je schrijft ook dat wij als mensheid de voedselzekerheid in gevaar kunnen brengen als we doorgaan met het uitstoten van broeikasgas.*

Dat is geen zekerheid, maar de kans dat we door de klimaatverandering hongersnoden krijgen is best groot.

Voedselproductie is kwetsbaar voor extreem weer. Er zijn serieuze risico's voor de generaties na ons en daar moeten we iets tegen doen. We sluiten toch ook een verzekering af tegen brand, ook al is de kans daarop klein?"



De laatste tien jaar heeft Katan zich verdiept in klimaatza-ken. "Het is een deprimerend onderwerp. Het vraagt van de homo sapiens iets wat die niet kan: met acht miljard mensen samen iets doen tegen een ramp die over dertig jaar zou kunnen gebeuren. Wij zijn er als mensen vooral goed in met een klein clubje een acuut gevaar te lijf te gaan. Als een wolf onze kinderen bedreigt, gaan we er meteen op af." Toch is hij niet helemaal pessimistisch: "Misschien dringt het op een gegeven moment toch door wat een bedreiging dit is en komt er draagvlak voor harde maatregelen, zoals nu bij roken."

Tenslotte, voor degenen die het interesseert: tussen Martijn en het Jodendom is het weer goed gekomen. Vijfentwintig jaar na de breuk trok het verleden hem terug. Hij ging samen met zijn tweede vrouw op ontdekkingsreis naar het Jodendom, bezoekt regelmatig de sjoel en viert de feestdagen met de familie. Niet uit plichts- of schuldgevoel, maar gewoon omdat het goed voelt. •

Najaar 2025 in Amsterdam en Rotterdam

Gespreksgroep: Leven in de schaduw van conflict

Nu de oorlog in Israël voortduurt, blijft de impact groot. Diverse gevoelens en emoties blijven bestaan en hebben invloed op ons dagelijkse leven.

Tijdens drie opeenvolgende bijeenkomsten bieden wij een veilige omgeving waar het de bedoeling is dat deelnemers zich (h)erkend en begrepen voelen in hun emoties. Samen met elkaar gaan we de thema's rouw, weerbaarheid en identiteit dieper verkennen. Leer van elkaar, deel ervaringen en vind kracht in verbinding. Nieuwe perspectieven en invalshoeken kunnen helpend zijn en steun, troost en hoop bieden.

Aanmelden

Aanmelden voor deze gespreksgroep kan door een mail te sturen naar spreekuur@joodswelzijn.nl of door te bellen naar **088 - 165 22 00**. Er is een bijdrage verbonden voor het deelnemen aan deze groep. Deelname bedraagt 10 euro per sessie.

joodswelzijn.nl





Emile Schrijver

Herdenken, niet krenken

Laat me deze column beginnen met een disclaimer: ik word soms kriegel van het veelvuldig gebruik van het begrip tikoén olam, het helen of verbeteren van de wereld. Waarom? Dat is vooral professorale pedanterie, laat ik daar eerlijk over zijn. Het betreft hier namelijk een ongelofelijk complex begrip dat op verschillende momenten in de Joodse geschiedenis, en bij een hele reeks verschillende Joodse denkers en denkrichtingen, iets totaal anders betekent. Dat kan ik in mijn hoofd niet helemaal uitzetten, als ik het begrip nu toch vooral gebruikt hoor worden als Joods synoniem van een beter mens willen zijn, of als Joods alternatief voor het streven naar maatschappelijke rechtvaardigheid. Dat is mij, maar vele anderen niet, net wat te generiek. Maar genoeg gezeurd. Want er is natuurlijk helemaal niets mis met het streven naar maatschappelijke rechtvaardigheid.

Ik schrijf dit allemaal na de herdenkingen. Na Jom Hasjoa, na de Nationale Dodenherdenking, na een paar prachtvoorstellingen bij Theater na de Dam en helaas ook na de ophef rondom de gijzeling door de organisatoren van de “alternatieve” Dodenherdenking van de nagedachtenis aan meer dan 250.000 Nederlandse staatsburgers, waaronder meer dan 100.000 Joodse Nederlanders.

Ik heb me op verschillende plekken over die alternatieve herdenking uitgesproken. De kern van mijn commentaar was dat ik niet begrip waarom het per se nodig is om uitgerekend op de dag dat we stilstaan bij Nederlandse slachtoffers van de recente oorlogen ook de slachtoffers van de vele wrede oorlogen die er momenteel woeden te herdenken. Dan is het geen nationale herdenking meer, het leidt ook af van die nationale herdenking, en het is ook niet zo dat we het over tenminste een van die oorlogen, die in Gaza, verder nooit hebben.

Wat mij eigenlijk het meeste stoorde, zoals zo vaak als het over het Israëlisch-Palestijnse conflict gaat, is de morele superioriteit waarmee de initiatiefnemers hun plannen presenteren. Hun behoefte om een beter mens te zijn is zo groot dat ze doelbewust het krenken van de nazaten van de slachtoffers voor lief nemen, omdat ze niet anders zouden kunnen.

Je kunt proberen uit te leggen dat de Nederlandse slachtoffers die we op 4 mei herdenken niets te maken hebben gehad met actuele geopolitieke conflicten en oorlogen. En je kan erop wijzen dat het zeker door leden van de Nederlands-Joodse gemeenschap als krenkend en respectloos wordt ervaren dat ze niet ongestoord, of eigenlijk onbezwaard, hun eigen slachtoffers zouden mogen herdenken. Maar dan is het antwoord altijd dat we collectief medeplichtig zouden zijn en dat er een groter belang mee gediend is.

Natuurlijk is iedereen vrij om te doen en (her-)denken wat hij wil. Maar bij een beter mens willen zijn, of bij het juiste willen doen, hoort volgens mij ook respect voor de opvatting van anderen. Joden in dit geval. En dat respect is soms helaas ver te zoeken.

Dat het ook anders kan, zag ik bij de tachtigjarige herdenking en gelijktijdige viering van de bevrijding van concentratiekamp Mauthausen, in de buurt van Linz, in Oostenrijk op 11 mei. Ik ben nog niet zo lang voorzitter van de Stichting Vriendenkring Mauthausen die de nagedachtenis aan de Nederlanders die daar zijn vermoord, levend houdt. Tussen 1938 en 1945 hebben meer dan 200.000 mannen, vrouwen en kinderen, van tientallen nationaliteiten, in Mauthausen en de nevenkampen gevangen gezeten. Meer dan 110.000 van hen werden vermoord of stierven door de dwangarbeid die ze moesten verrichten. Onder deze slachtoffers waren meer dan 1600 Nederlanders.

Natuurlijk is Oostenrijk een daderland, met een andere relatie tot de geschiedenis dan een slachtofferland als Nederland. Maar wat een verademing was het om daar, in dat schuldige landschap dat door zijn schoonheid en het mooie weer nog eens extra vervreemdend werkte, gewoon stil te kunnen staan bij wat er daar gebeurd is, met al die onschuldige mensen, toen, en recht te doen aan hun nagedachtenis, op die dag. En dat laat onverlet dat er ook het liefst gisteren of eergisteren vrede moet komen tussen Israël en de Palestijnen. Want zo kunnen we niet verder. En zo hebben niet de betere, maar de slechtere mensen de overhand. •

Hoe Danny Kaye UNICEF op de kaart zette

“De goede wil van de mensheid”

TEKST KARIEN ANSTADT

Tegenwoordig zijn we wel gewend aan beroemdheden die ambassadeur worden voor goede doelen, maar begin jaren vijftig van de vorige eeuw was dat niet het geval. Pionier op dit gebied was de nu bijna vergeten Joodse filmster, showman en entertainer Danny Kaye.

Van 1954 tot zijn dood in 1987 was Kaye ambassadeur voor UNICEF en vervulde die rol op een unieke wijze. Het Kinderfonds van de Verenigde Naties (United Nations Children's Emergency Fund) werd in 1946 opgericht om kinderen die er door de Tweede Wereldoorlog slecht aan toe waren, voedselpakketten en gezondheidszorg te bieden. Sinds 1953 maakt UNICEF blijvend deel uit van de Verenigde Naties.

Geleidelijk aan werden de doelen verbreed: Tegenwoordig biedt UNICEF samen met partnerorganisaties wereldwijd gezondheidszorg en hulp aan kinderen die in nood verkeren en ziet erop toe dat kinderrechten worden nageleefd. Zo ligt de focus op het recht op onderwijs en de strijd tegen kinderarbeid. Het fonds is actief in meer dan 150 landen. Maar UNICEF wordt niet gesubsidieerd door de Verenigde Naties. Het geld moet komen van particulieren, overheden, bedrijven en goede doelen loterijen.

Allround ster

Met Danny Kaye als ambassadeur haalde UNICEF iemand binnen die van grote betekenis zou worden voor de organisatie, want al in de jaren vijftig was hij wereldwijd bekend. Danny Kaye was een geboren komiek die al op de High School in New York met zijn liedjes de klas aan het lachen kreeg.

Hij werd geboren in 1911 in een Joods gezin in Brooklyn als David Daniel Kaminski. Zijn ouders, Jacob en Clara, waren immigranten afkomstig uit de toenmalige Oekraïne. Hij maakte zijn school niet af en had allerlei baantjes. Kaye brak door toen hij in 1933 de kans kreeg deel te nemen aan de vaudevillegroep *Three Terpsichoreans*, een vorm van theater met dans, liedjes en cabaret. Van dat moment af aan zou hij door het leven gaan met de artiestennaam Danny Kaye. In de loop van de jaren dertig speelde hij in de korte filmkomedie *Moon over Manhattan* en trad op in shows en revues.

Kaye was een multitalent: hij zong, danste en mimeerde op ongeëvenaarde wijze. Na de oorlog rees zijn ster snel, tot de jaren zestig kwam er zeker om de twee jaar een film met hem uit. Publiekstrekkingen waren onder andere *Hans Christian Andersen* (1952), *White Christmas* (1954) en *The Court Jester* (1956), komedies met veel zang en dans.

Pionier voor Unicef

Kay's entree bij UNICEF kwam bij toeval tot stand. In 1953, toen hij van Londen naar New York vloog, bleek hij



Danny Kaye en een kinderkoor voor UNICEF 1955, CC0
foto Daan Noske, Anefo



naast de Algemeen Directeur van UNICEF, Maurice Pate te zitten. Ze raakten in gesprek, en Pate vertelde hoe moeilijk het was om UNICEF bij een breed publiek onder de aandacht te brengen. Zou Kaye misschien kunnen helpen? Dit gesprek vormde de start van misschien wel de dierbaarste rol van zijn leven. Zijn eerste bijdrage was de documentairefilm *Assignment: Children* (1955), waarin Kaye projecten van UNICEF bezocht in Korea, Hongkong, India, Japan, Myanmar en Thailand. Met deze film werden meer dan 100 miljoen mensen bereikt. En dit was nog maar het begin: als charismatische ster wist hij op een originele manier zich daarbij niet alleen op volwassenen, maar vooral ook op kinderen te richten. Met zijn optredens bracht hij, waar hij ook kwam, kinderen aan het lachen. Ook gaf hij op unieke wijze vorm aan de campagne *Trick-or-Treat for UNICEF* door met zijn eigen vliegtuig in vijf

dagen tijd naar 65 Amerikaanse en Canadese steden te vliegen om daar kinderen als vrijwilligers te werven. Met deze actie verwierf hij een plaats in het *Guinness Book of Records* als de snelst vliegende entertainer ter wereld.

Prinses Beatrix, prins Claus, Danny Kaye en Sinterklaas na afloop van de Unicef TV-uitzending vanuit het Singer Laren, 1966.
Foto: Ron Kroon voor Anefo, CC



Terugdringen kindersterfte

Een van zijn uitspraken was: "Ik ben ervan overtuigd dat kinderen meer energie leveren dan olie, meer schoonheid dan rivieren, meer waarde dan alle natuurlijke bronnen van een land. Mijn werk voor UNICEF is wat mij de meeste voldoening in mijn leven geeft".

Ook Nederland maakte kennis met ambassadeur Kaye: In 1979 dirigeerde hij in die functie op komische wijze het Concertgebouworkest, vooral door gebruik te maken van zijn typerende mimiek.

"Als mensen van goede wil samenkomen."

Een paar jaar voor hij stierf, verkondigde hij: "De doelstellingen die we hebben gesteld om een revolutie teweeg te brengen op het vlak van kindersterfte, liggen binnen handbereik. Hoe ontmoedigend het er soms ook uitziet, we kunnen er in slagen als mensen van goede wil samenkomen en hun best doen. Het werk van UNICEF is een eerbetoon aan de mensheid en aan de goede wil van de mensheid".

De voorspelling van Kaye kwam uit. Vanaf de jaren tachtig lag de focus van UNICEF, in samenwerking met de WHO (World Health Organisation) op het terugdringen van de kindersterfte door middel van grootscheepse vaccinatie tegen de diverse infectieziekten, waardoor de vaccinatie-dekking van 5% steeg naar 85% vandaag.

Danny Kaye stierf in 1987. Hij is als pionier toonaangevend geweest voor andere beroemdheden. De lijst met ambassadeurs voor UNICEF is indrukwekkend. In zijn voetsporen traden, om maar enkelen te noemen, de filmsterren Audrey Hepburn, Peter Ustinov en Roger Moore. Velen volgden tot op de dag van vandaag, inclusief Lionel Messi en Katy Perry. •

Mijn leven

*David Simon, 76 jaar, weduwnaar, twee kinderen,
twee kleinkinderen, geboren in Almelo,
woonachtig in Amstelveen.*

TEKST JOLAN TOFF FOTO PATRICK STERNFELD

Na de middelbare school ben ik, net zoals veel Joodse jongeren uit de mediene, naar Amsterdam gegaan. Mijn trainer woonde daar. Ik was amateurdanser, deed mee aan wedstrijden en ging danspedagogie studeren. In 1968 werd ik kampioen van Nederland op het onderdeel ballroomdansen.

Na mijn danscarrière ben ik weer naar het oosten gegaan en kwam in Oldenzaal terecht van waaruit ik vijf dansscholen opgericht heb. Wedstrijddansers kwamen uit het hele land naar ons toe om van ons les te krijgen.

Op een gegeven moment heb ik de zaak verkocht. Ik jureerde bij internationale wedstrijden, woonde over de hele wereld congressen bij om kennis bij te spijkeren, en kwam overal, zoals in Japan, Zuid-Afrika en Hawaï.

Uiteindelijk krijg je zoveel ervaring dat je al aan de uitstraling binnen een halve minuut kan zien of iemand talent heeft. Bij een wedstrijd in Turijn kwamen veertig paren opmarcheren. Jacqueline, mijn vrouw, zei: 'Nummer vier wordt kampioen'. En die werd ook kampioen.

Na de val van de muur gingen veel Russische Joden naar Israël. Bij een wedstrijd in Stuttgart kwam ik in contact met een danser die vanuit Odessa naar Israël was geëmigreerd. Via hem ben ik het Israëlische team gaan trainen. Zij zijn nu vierde van de wereld. Bovendien heb ik ervoor gezorgd dat de Israëlische dansbond lid kon worden van de internationale dansbond. Iets wat nog niet zo makkelijk was.

Ik ben gestopt na het overlijden van Jacqueline. Ik herinner het mij nog precies. Het was in Wenen in april 2017, ik zat alleen in een koffietent waar ik normaal gesproken met mijn vrouw naar toe zou zijn gegaan. Het was genoeg geweest. Mijn klankbord was weg...

Als je mij naar tikoën olam vraagt denk ik aan de, van huis uit meegekregen, verantwoordelijkheid die ik voor de samenleving voel. Je moet helpen daar waar nodig is. Vier jaar was ik bestuurslid en negen jaar voorzitter van de NIHS (Nederlands Israëlische Hoofdsynagoge). Ik ben nu voorzitter van de Joodse Gemeente Arnhem en was voorzitter van het NIK (Nederlands Israëlisch

Kerkgenootschap). Tussendoor ben ik ook nog voorzitter van de Joodse Gemeente Utrecht geweest.

Ik ben nu zo'n zestien jaar secretaris van de 175-jarige Koninklijke Maatschappij tot Nut der Israëlieten in Nederland. We doen op financieel gebied goede dingen zoals geld beschikbaar stellen voor onderwijs, religieuze zaken en sociaal culturele aspecten voor Joodse gemeenten. Verder geven we, in samenwerking met JMW, beurzen aan Joodse studenten en dragen bij aan het onderhoud van Joodse begraafplaatsen.

Ik ben ook, nu ruim tien jaar, voorzitter van Yad Vashem Nederland. Wij zijn behulpzaam bij het aanvragen van de onderscheidingen en het organiseren van de uitreikingen.

Tevens ben ik vicevoorzitter van de Jom Hasjoa herdenking. Hierbij zijn vierendertig Joodse organisaties aangesloten. Wij maken het programma voor de Hollandse Schouwburg. Ik vind dit heel belangrijk, vooral omdat de 4 mei herdenking ondergesneeuwd raakt door andere zaken zodat veel Joden zich daar niet meer thuis bij voelen. Wat ik ook heel mooi vind is mijn voorzitterschap bij de Stichting Chanukah Concert.

Mooiste herinnering

In 2012 heb ik in Wuppertal de 'dans-Oscar' gekregen. Het publiek heeft tien minuten geklapt. Ik dacht: hier staat het Joodse jongetje uit Almelo wiens vader was ondergedoken en wiens moeder bevrijd is uit Auschwitz. Ik dacht, lekker puh. Dat hadden mijn ouders moeten meemaken.

Sport

Naast dat ik mijn hele leven heb gedanst, wandel ik elke dag een stuk door de polder. Ik ben al jarenlang bij Eurosport de commentator bij danswedstrijden.

Eten

Ik houd van typisch Joods eten zoals gefilde fisj en viskoekjes. Ik maak zélf de gremsjelies en matzeballen. Ik kook graag gerechten als zalmschotel, kipschnitzel en allerlei desserts. Voordat Jacqueline overleed heeft ze mij de recepten gegeven. Ik heb het allemaal netjes



opgeschreven en gebruik de aantekeningen nog elke keer.

Joods

Ik ben niet het boegbeeld van de orthodoxie maar wel zeer traditioneel. Ik houd de vrijdagavond, ga op sjabbat naar sjoel en vier de Joodse feestdagen. Vroeger stak mijn vrouw op vrijdagavond de kaarsen aan, nu doe ik het.

Hekel aan

Mensen die niet oprecht zijn, me niet aankijken in een gesprek, ongemanierd zijn of steeds jij en jou tegen me zeggen. Ik houd van goede omgangsvormen.

Markt

De markt in Amstelveen. Vroeger liep ik met Jacqueline alle markten af. De Noordermarkt was bij ons favoriet.

Televisie

Actualiteitenprogramma's. Ik kijk niet naar Derksen; daar erger ik mij vreselijk aan, net zoals aan al die meningen over Israël. Aan de ene kant wil ik het niet zien, aan de andere kant wil ik het toch wel horen. Verder vind ik het talentenjachtprogramma *Battle of the Bands* heel leuk.

Mop

Bram komt bij zijn Joodse huisarts en zegt: Je weet, we hebben volgende week woensdag Jom Kipoer. Een dag niet eten vind ik helemaal niet erg, maar ik kan onmogelijk zonder mijn kopje koffie om de dag te beginnen. Heb je daar misschien wat voor? De huisarts duikt in zijn computer en zegt na een kort ogenblik: Ja, ik kan je een cafeïne-pil geven.

Waarop Bram antwoordt: dat kan niet, die moet je met water innemen en ik mag toch niet drinken op Jom Kipoer. De huisarts zoekt verder en zegt: Oh, ik kan ze ook als zetpil geven. Ja, zegt Bram, doe er maar tweehonderd. Huisarts: Tweehonderd voor één dag? Ja, zegt Bram, ik geef een kidoesj...

Boek

Ik houd heel erg van biografieën zoals die van Madeleine Albright en Barack Obama. Ik lees graag hoe mensen het gedaan hebben.

Winkel

Mouwes, gezellig, ik kom daar altijd mensen tegen met wie ik lekker kan praten.

Krant

Het *Parool* en de *Telegraaf*. Verder lees ik graag het *Elsevier Weekblad*, het *NIW* en de *Benjamin*.

Grootste wens

Dat ik mijn kinderen en kleinkinderen in goede gezondheid mag zien opgroeien.

Uitzicht

Het uitzicht vanuit mijn raam op een lange laan met aan weerszijden prachtige bomen die in de lente vuurrood kleuren. Je voelt de rust van Amstelveen. Ik zit hier midden in het groen en toch vlakbij de grote stad.

Bewondering voor

Alle mensen die de oorlog hebben overleefd, met niks zijn begonnen en de kracht vonden om door te leven en bloeiende zaken op te bouwen.

JMW

Een zeer behulpzame, brede organisatie die op zijn eigen wijze probeert de Joden te bereiken en bij elkaar te houden. •

Vrijwilliger voor de herinnering

“Een betekenisvolle bijdrage”

TEKST EN FOTO PATRICK STERNFELD

Sharon Mendels (45) is vrijwilliger voor JMW en ook voor Herinneringscentrum Het Apeldoornsche Bosch, het Joodse psychiatrisch ziekenhuis waar vandaan de Duitsers in 1943 alle patiënten en het personeel naar de vernietigingskampen stuurden. De betekenis van tikoén olam voor haar? “Doorgeven”.

“**W**at tikoén olam me zegt? Dat zegt eigenlijk heel veel over mij, hoe ik ben en ook hoe ik wil zijn. Juist in het vrijwilligerswerk dat ik doe. De omgeving waarin ik wil helpen is daarbij belangrijk. Aangezien ik een betekenisvolle bijdrage wil leveren, betekent dit voor mij dat het werk ook een Joods raakvlak moet hebben.

Toen ik op eigen initiatief me destijds aanmeldde bij het bestuur van het Herinneringscentrum het Apeldoornsche Bosch om daar als vrijwilliger te komen werken, bood ik ook aan om mee te helpen in de Communicatie en PR en deel te nemen in de commissie voor de jaarlijkse herdenking. Ik hoefde daar geen moment over na te denken. Ja, natuurlijk doe ik dat.

Evenmin heb ik geargeld toen JMW me vroeg of ik beschikbaar was voor de kerngroep van het Platform JEI, Joods erfgoed en identiteit, een initiatief van JMW met Daniël Metz als projectleider. JEI heeft als doel Joods erfgoed en de identiteit in de mediene te versterken. Of het nu gaat om een project zoals de organisatie rondom het lezen van de namen van de slachtoffers van het Apeldoornsche Bosch, zoals bij Westerbork. Of om gastvrouw te zijn, een lezing te geven of een reis naar Auschwitz met onder anderen jongeren van het voortgezet onderwijs, onder begeleiding van het Auschwitz Comité... Als ze me vragen ben ik er gewoon, en uiteindelijk probeer ik dat thuis wel weer op te lossen. Gelukkig bestaat dat ‘thuis’ uit een man en zoon die er ook alles aan willen doen om me hierin te steunen. Iedereen draagt zijn steentje bij, desnoods ook verdere familie. En het lukt eigenlijk altijd wel.”

Educatie

Sharon Mendels, vroeger salesmanager, maar nu vooral moeder van zoon Bram en vrijwilligster. Van het eerste moment af aan dat ik haar spreek, is het een en al enthousiasme, betrokkenheid en intensiteit die ze aan de dag legt. Ik spreek haar op de locatie van het Apeldoornsche Bosch.

Ons gesprek wordt onderbroken als plotseling de deuren van een zaal opengaan en de ruimte zich vult met kinderstemmen. Een klas stroomt leeg. Schoolkinderen lopen langs ons 'gesprekshoekje' op weg naar buiten, jassen worden aangetrokken, er wordt goeiedag gezegd, luid pratend, af en toe gelachen.

Sharon licht en passant toe: “Het zit erop voor ze. Ze hebben net een presentatie bijgewoond over de geschiedenis van het “Apeldoornsche Bosch” in het vernieuwde complex. Prinses Margriet verrichtte onlangs nog de officiële heropening, maar los daarvan, is dit ook een belangrijke functie van het Herinneringscentrum Apeldoornsche Bosch: educatie!”

Ze vervolgt: “Als het gaat om het materiële erfgoed, zoals het behoud en de renovatie van de gebouwen, of achtergrondkennis over de mensen die er hebben gewoond, dat is net zo belangrijk. Tussen haakjes: hier komt het belang van JEI om de hoek kijken.”

Volgende generaties

“Neem de geneesheer-directeur en stichter van het Apeldoornsche Bosch, Jacques Lobstein. Hij heeft hier zelf gewoond en was een pionier op het gebied van psychiatrie. Zijn visie bij de oprichting in 1909 was eigenlijk tegenovergesteld aan de toen heersende opvattingen, waarin

isolatie en dwangverpleging standaard waren voor de aanpak van patiënten.

Het psychiatrisch centrum werd onder hem een levendige en vooral veilige gemeenschap voor patiënten die gezamenlijk met de verpleging als in een op zichzelf staand dorp hebben geleefd. Het complex bestond uit paviljoens voor onder meer ontspanning, sport en arbeidstherapie. Hier voelde iedereen zich letterlijk beschermd.”

“Ik zie mezelf als een radertje.”

“Tot de nacht van 21 op 22 januari 1943 als de 1278 patiënten, waaronder tientallen kinderen, met het

toch gewoon allemaal doorgegeven worden aan volgende generaties. Daar wil ik iets in kunnen betekenen. Ik zie mezelf als een radertje in een geheel van herdenken, herinneren en verbinden.”

— *Wat zijn je persoonlijke drijfveren hierbij?*

“Dat heeft allemaal te maken met bewustwording in de loop van de tijd van mijn eigen afkomst. Met name de geschiedenis van mijn vaders kant is bepalend. Mijn vader is Joods. Er zijn zoveel familieleden in de oorlog omgebracht.

Mijn vader is van de naoorlogse generatie. Tot in detail heb ik hem bevraagd. Alles wat hij wist wilde ik weten. Ik stond erop, ik moest het weten, soms door het desnoods uit hem te trekken als hij het wat moeilijk vond. De gedachte dat het niet zo mag zijn, dat ik later



personeel worden afgevoerd naar de vernietigingskampen. Een mensonterende gebeurtenis. Kan je je dat voorstellen? Afgelopen januari hebben we de slachtoffers herdacht door het voorlezen van alle namen. Totaal 1441. Dit moet

zal moeten zeggen: had ik toen maar doorgevraagd, leek me ondraaglijk. Om het uiteindelijk weer door te kunnen geven ook aan mijn zoon. Elf jaar is hij, maar bepaald niet onwetend.” •

Wat doe jij?

De Benjamin vroeg een aantal mensen in onze omgeving wat zij doen om de wereld te verbeteren. Raak geïnspireerd door wat we hoorden!

Ronit van der Schaaf – Alles is politiek

“Als partijvoorzitter van de PvdA Amsterdam ben ik dagelijks bezig met het besturen van onze politieke vereniging. Met meer dan vijfduizend leden, actieve vrijwilligers, politici en stadsbestuurders organiseren we diverse bijeenkomsten en voeren we campagnes. Politiek actief zijn is voor mij van grote betekenis. Alles om ons heen is politiek en ik vind het van groot belang dat iedereen zich daar bewust van is. Bij ons thuis ging het heel vaak over maatschappelijke thema's en vooral het onderwijs. Van mijn zevende tot mijn vijftiende was ik actief lid van Habonim. Van hieruit heb ik de gedachte van tikoén olam meegekregen. Je wordt opgeleid tot maatschappelijk kritische burger. Mijn filosofie is dat je in een maatschappij niet alleen kan halen, maar ook iets moet brengen.”

Anouk Potsdammer – Lief en leed

“Ik woon op een kade in een prachtig stukje in Amsterdam Zuid. Vijftig jaar geleden heb ik samen met twee burens een deel van de groenstrook aan het water omgetoverd tot een recreatieveld vol bloemen, planten en bankjes. Dit om de cohesie in de straat/buurt te verbeteren. Inmiddels is het een plek waar veel burens samenkomen. Er wordt geregeld samen thee gedronken en aan het eind van de dag wordt er af en toe een wijntje gedronken met wat lekkers erbij. Wij als burens kijken erg naar elkaar om. Persoonlijk vind ik dat erg belangrijk. Al jaren zorg ik voor burens die iets nodig hebben. Vorig jaar werd ik benaderd door Cordaan over het Lief en Leed straatje. Een initiatief om meer contact met burens te krijgen en er voor elkaar te zijn. Hoewel wij dit al hadden, hebben we ons hier toch bij aangesloten. Hierdoor hebben wij nu bijvoorbeeld flyers en ansichtkaarten met ons adres en telefoonnummer erop. We gebruiken ze om ons kenbaar te maken, om zieke mensen een hart onder de riem te steken, of bijvoorbeeld nieuwe bewoners welkom te heten. Er is een klein budget voor een bosje bloemen, een doosje bonbons of iets dergelijks. Bij ziekte wordt er door ons boodschappen gedaan en sommige burens koken dan voor elkaar. Oudere mensen, die vaak wat meer in een isolement kunnen zitten, worden op deze manier hier wat uitgehaald. We zien dit terug aan de interacties op straat en op het recreatieveldje. Als meerdere straten een Lief en Leed straatje worden, bouwen we aan een toekomst waarin we er zijn voor en met elkaar, tikoén olam.”

Abby Israëls - Vanzelfsprekend

“Ik ben mij nooit zo bewust van de dingen die ik doe om de wereld te verbeteren. Ik beschouw mijn vrijwilligerswerk voor de Gerard Dousjoel als iets vanzelfsprekends. Ik ben penningmeester en heb sinds mijn pensioen veel tijd over. Naast anderen, houd ik mij bezig met de dagelijkse gang van zaken van de sjoel. Ik ben er bij als er een loodgieter is of als de schilders komen. Op vrijdag, voordat de sjabbat begint, zet ik het water op voor de thee. Ik lajen elke week op sjabbat. Soms afgewisseld door rabbijn Pinkovitch of Naftali Schrijver. We geven ook rondleidingen aan Joodse en niet-Joodse studenten, christelijke groepen en schoolklassen. Verder zijn we soms open op Open Monumentendag, bij Open Joodse Huizen of op de Europese Dag van het Joods Cultureel Erfgoed. Bij Ets Chaim, de oudste Joodse actieve bibliotheek ter wereld, help ik bij het beschrijven en digitaliseren van culturele objecten. Ik vind het mooi dat ik af en toe gevraagd word om bij herdenkingen of het leggen van Stolpersteine het Jizkor te zingen.”

Tikoén olam bij de bar/batmitzwa

De Liberaal Joodse Gemeente Amsterdam vraagt aan de kinderen die bar/batmitzwa gaan doen, of ze ter gelegenheid daarvan aan een tikoén olam-project willen bijdragen.

Naomi Snuijf - Kinderen

Voor mijn batmitzwa wilde ik als tikoén olam project graag iets doen voor kinderen. In eerste instantie dacht ik aan minderbedeelde kinderen in Zwitserland en het inzamelen van speelgoed, maar na de gebeurtenissen van 7 oktober 2023 in Israël veranderde mijn focus. Ik wilde iets betekenen voor de kinderen daar, die op die zwarte zaterdag alles waren kwijtgeraakt. Omdat spullen sturen te ingewikkeld bleek, begon ik geld in te zamelen: ik naaide tasjes, bakte muffins en vroeg om sponsoring. Zo haalde ik uiteindelijk vijfduizend euro op. De eerste helft van het geld werd gebruikt voor een Chanoeka-feest voor honderden kinderen. Mijn doel was om hen, te midden van zoveel verdriet en angst, een avond vol vreugde te geven — een dag geen oorlog, waarop ze gewoon kind konden zijn, konden lachen, spelen, trampolinespringen en nieuwe vrienden maken. De andere helft ging naar het kopen van schoolspullen, omdat goed onderwijs hen hoop en kansen voor de toekomst kan geven. Het was bijzonder om te merken dat ik met mijn project echt een verschil kon maken.” •



Eten zoals de opa die ik niet heb gekend

Nasi Goreng Ananas & Sambal Goreng Telor

TEKST EN FOTO'S LEA VAN COEVERDEN

Mijn vader was van het type geinponem. Als iemand het over hem heeft wordt zijn bulderende lach altijd genoemd. Hoe hij het kon, na zoveel verschrikkelijks meegemaakt te hebben, is me een raadsel, maar hij deed het. Een nieuw leven opbouwen met niets. Samen met mijn moeder.

Na de bevrijding en na de Indonesische Onafhankelijkheidsoorlog (1945–1949) is hij naar Indonesië gegaan, op zoek naar zijn vader die daar in 1938 naartoe vertrok, hopen de Holocaust te ontvuchten. Het werd voor mijn opa een andere oorlog, een Birma-spoorlijn oorlog, een Jappenkamp. Maar hij overleefde, opa Abraham van Coeverden.

Hij opende in 1949 in Jakarta een broodjeszaak, Ome Dolf, en liet KLM-piloten de eerste nieuwe haring invliegen. Ik heb hem niet gekend, hij was mijn onbekende opa. Maar het leven in Indonesië had op mijn vader, die in

1952 naar Nederland terugkeerde, een enorme indruk gemaakt. Vooral de mentaliteit van tempo doeloe, zoals in vroegere tijden, rustig aan. En natuurlijk het middagrustuur, in het Indonesisch tidur of meer specifiek: tidur siang, wat letterlijk middagslaap betekent.

Dat gebruik hield hij zijn leven lang vol, als het even kon, al was het zittend in een stoel met een boek in zijn hand. Dan zeiden mijn broer en ik: "Sst...papa doet een tidur."

De smaak van vroeger
Enthousiast kon hij vertellen over het mandiën, de dagelijkse lichaamsreiniging, die vaak werd gedaan met een schepbakje (gayung) uit een stenen

of betonnen waterbak. Ik heb prachtige foto's van hem waarbij hij poseert bij de waringin-bomen, beter bekend als de banyanbomen. En natuurlijk genoot hij van het eten daar. En later

ook hier, mijn vader was een kenner op het gebied van het beste Indische restaurant. Hij at in vele, later vaak met mijn kinderen, maar het smaakte nooit precies zo als toen, in Jakarta, zei hij. De smaak van vroeger. Hij merkte op dat de manier waarop er Indisch werd en wordt gekookt zoveel gezonder was voor de inwendige mens, en de wereld.

Er worden veel verse producten gebruikt, vaak van eigen teelt, zuivere ingrediënten zonder kunstmatige toevoegingen. En alles wordt met zorg bereid en geserveerd. Zeer zorgvuldig wordt alles mooi gesneden, zorgzaam wordt er omgegaan met dat wat moeder aarde gaf. Veel vegetarische gerechten, knapperige boontjes, frisse taugé, verse kokosmelk, combinaties van fruit met hartig. Op de foto zie je dat mijn vader bij zijn favoriete restaurant een heerlijk gerecht opschept uit een ananas.

Tikoen olam

De tikoen olam van mijn vader was zijn levensmotto: verbeter de wereld, begin bij jezelf. Kijk naar wat er wel is, wel kan, en wat je bij kan dragen om de mensheid te verbeteren. Te zorgen dat er onderling geen ruzies ontstaan, maar als geen ander kon hij van een conflict iets bespreekbaars, een bescheiden onenigheid maken.

"Maak geen bonje om iets kleins," zei hij dan, "Het leven is al kort genoeg en de moeite waard om geleefd te worden. De tijd van strijden is voorbij. Ruzie maken doe je maar met een ander."

Hadden we allemaal maar de tikoen olam zoals mijn vader die had. Oprecht leven, geen verborgen agenda, zorgvuldig met mensen, dieren en de aarde omgaan. Goed doen, financieel en immaterieel, zorgen dat het anderen aan zo min mogelijk ontbreekt. En in vrede leven met elkaar, van conflicten conflictjes maken en vooral met elkaar in gesprek blijven. Zoals bij een goede maaltijd.

Daarom nu twee lievelingsgerechten die mijn vader graag nuttigde: Een zoete, geserveerd in een uitgeholde ananas. En een pittige waarbij de tranen je over de wangen rollen. "Maar," zo zei mijn vader dan altijd, "Is goed tegen een verkoudheid." •



Recept

Nasi Goreng Ananas (vegetarisch)

Geurige gebakken rijst met oosterse kruiden, groenten en stukjes ananas, opgediend in een uitgeholde ananas. Het gerecht combineert zoet, hartig en kruidig.

Ingrediënten

- 1 rijpe ananas, in tweeën gesneden, het vruchtvlees eruit gehaald
- 200 gram gekookte rijst, afgekoeld en het liefst van een dag ervoor
- 1 gesnipperde ui
- 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- 1 rode chili - mag je ook weglaten
- 1 grote wortel in kleine stukjes
- 1 rode paprika in blokjes
- 100 gram doperwten, diepvries
- 2 lenteuitjes in fijne ringetjes gesneden
- stukjes ananas, het vruchtvlees uit de ananas fijn gesneden
- 2 eieren
- 2 eetlepels ketjap manis
- 2 eetlepels sojasaus
- 1 theelepel kurkuma
- zonnebloemolie om in te bakken
- ter garnering cashewnoten en/of gebakken uitjes
- partjes limoen en verse koriander

Bereiding

- Snijd de ananas in de lengte doormidden • Hol beide helft uit met een mes en een lepel, laat 1 cm rand zitten • Snijd het vruchtvlees in blokjes

Rijst bakken

- Verhit olie in een wok of grote pan, fruit ui, knoflook en eventueel chili-peper • Doe er dan de wortel en paprika bij en bak die een paar minuten
- Doe er dan de doperwten en ananasstukjes bij • Kluts de eieren, maak een kuiltje in het mengsel in de pan en roerbak ze mee tot ze gestold zijn • Doe er dan de rijst bij en meng alles goed door elkaar • Daarna voeg je ketjap manis, sojasaus en kurkuma toe en roerbak je nog even tot alles goed warm is • Schep de nasi in de uitgeholde ananashelften en garneer met cashewnoten, gebakken uitjes, koriander en een partje limoen.

Recept

Sambal Goreng Telor (vegetarisch – met ei)

Een pittig eiergerecht in een kruidige kokos-sambalsaus, afkomstig uit de Indische keuken. Het is eenvoudig te maken en heerlijk bij rijst en sajoer lodeh (groentecurry).

Ingrediënten

- 6 hardgekookte gepelde eieren
- 2 rode uien, fijngehakt
- 2 fijngesneden teentjes knoflook
- 2 rode Spaanse pepers (lombok), fijngesneden want dan is het (nog) scherper
- 1 ontvelde tomaat, fijngesneden
- 1 eetlepel sambal oelek, manis of badjak
- 1 theelepel limoensap
- 200 ml kokosmelk
- 2 theelepels bruine suiker
- 2 eetlepels zonnebloemolie
- wat zout

Bereiding

- Kook de eieren hard, 10 minuten, laat ze schrikken in koud water en pel ze.
- Maak met een vork wat gaatjes in de eieren zodat de saus er goed intrekt.

Sambal-saus maken

- Verhit olie in een pan. • Fruit ui, knoflook en pepers •
- Doe de tomaat erbij en laat deze zacht worden •
- Doe er dan de sambal, het citroensap, de bruine suiker en een beetje zout bij • Schenk de kokosmelk erbij en laat zachtjes sudderen tot de saus iets indikt • Voeg dan de eieren toe aan de saus en laat 10–15 minuten sudderen zodat de smaken goed worden opgenomen •
- Serveer het gerecht met witte rijst, atjar tjampoer (zure groenten) en eventueel seroendeng (geroosterde kokos met pinda's) • Doe er lekker zelf gefrituurde emping bij, een plantaardig soort kroepoek, de rauwe, ongefrituurde variant koop je meestal bij een toko.



Tropische hitte of niet, ook deze zomer is Jonet.nl online

 **Jonet.nl**
Joods Onafhankelijk Nieuws

Aanvullende uren vanuit de Claims Conference

Bent u overlevende van de Holocaust en heeft u behoefte aan extra hulp bij het huishouden, boodschappen doen of bij omgang met de computer? Of zoekt u bijvoorbeeld iemand om samen een rondje mee te wandelen?

Mogelijk komt u in aanmerking voor extra gefinancierde hulp van de Claims Conference. Er zijn 3 voorwaarden:

- U woont zelfstandig thuis
- U bent bekend bij Claims Conference
- U maakt gebruik van een Nederlandse zorgindicatie (bijvoorbeeld de Huishoudelijke Hulp Toelage vanuit de Wuv)

Denkt u in aanmerking te komen of wilt u meer informatie? Neem dan contact op met JMW, bel **088 - 165 22 00** of mail naar spreekuur@joodswelzijn.nl
www.joodswelzijn.nl



 ועידת התביעות
Claims Conference
Conference on Jewish Material Claims
Against Germany

 **jmw**

Maccabi Women's Circle

Warm netwerk voor vrouwen

TEKST ESTHER SCHOLTENS FOTO'S VIA MACCABI WOMEN'S CIRCLE

Wat begon als een WhatsApp-groepje is in een jaar tijd uitgegroeid tot een bloeiende gemeenschap van meer dan 350 vrouwen: de Women's Circle van Maccabi. Opgericht door Daniella Coronel en Femmetje de Wind, biedt deze kring een plek waar gezelligheid en kennisdeling samenkomen; maar vooral een grote groep vriendinnen.

Voorzitter van Maccabi Nederland, David Beesemer, kwam op het idee om de vrouwen die zich na 7 oktober 2023 hadden ingezet voor de Joodse gemeenschap in Nederland, te bedanken met een diner. Dat waren zowel Joodse als niet-Joodse vrouwen. Het idee voor de Women's Circle ontstond daarna uit een behoefte die Daniella en Femmetje opmerkten tijdens - en na - dat diner.

“We hoorden dat veel vrouwen zich niet begrepen voelden door hun omgeving en dat ze behoefte hadden aan contact met andere vrouwen die dat ook zo ervaaarden. Een plek waar zij vrijuit konden spreken, zonder zich te hoeven verantwoorden of verdedigen,” zegt Daniella.

“Er was een grote behoefte aan gelijkgestemden, aan ruimte voor discussie én aan het opdoen van kennis – bijvoorbeeld over Israël en de omgang met antisemitisme. Want, wat zeg je als je wordt aangesproken op het beleid van Israël als Nederlandse Joodse vrouw? zegt Femmetje. Al snel groeide het initiatief uit tot meer dan alleen een digitale uitwisseling. Samen ontwikkelden de oprichters een logo – een open cirkel, symbool voor inclusie – stelden ze doelstellingen vast en vroegen zij twee vrouwen bij de organisatie, Judith Zilvermit en Kim Nieuwenhuis. “We willen bijdragen aan verbinding, bewustwording en wederzijds begrip,” vult Femmetje aan. “En door onze krachten te bundelen kun je dingen voor elkaar krijgen die alleen niet lukken, iedereen heeft tenslotte zijn eigen kracht of expertise.”

Van groepsapp tot bijeenkomsten

De eerste fysieke bijeenkomst was op 6 oktober 2024. Die dag vormde de officiële aftrap van de Women's Circle. Sindsdien zijn er regelmatig evenementen met een inhoudelijk én sociaal karakter.



V.l.n.r: Mariska Cornelissen, Daniella Coronel en Antoinette Remmers



Aan tafel met de media



Joris Luyendijk in de Uilenburger sjoel, 5 mei

Zo was er een lezing met psychiater Esther van Fenema over hoe je mentaal weerbaar blijft in tijden waarin de emoties hoog oplopen, gaf Bart Wallet een lezing over de geschiedenis van het antisemitisme, was er een bijeenkomst rond het thema Israël in de media met de hoofdredacteurs van een aantal grote mediaplatformen, zoals NRC, Volkskrant en RTL Nieuws, en sprak de groep met Eddo Verdoner, de Nederlandse Antisemitisme Coördinator.

Op 5 mei 2025 stond de Freedom Lunch gepland, met muziek, dans en een lezing van Joris Luyendijk over hoe niet-Joden in Nederland zich verhouden tot Nederlandse Joden.

De opkomst bij bijeenkomsten is steevast hoog – vaak rond de 130 deelnemers. “We moeten regelmatig vrouwen teleurstellen omdat de ruimte beperkt is,” vertellen de oprichters. “Wat wij ook heel bijzonder vinden is dat er steeds meer niet-Joodse vrouwen zijn die zich bij ons aansluiten. Wij zijn niet exclusief voor Joden maar voor iedereen die zich verbonden voelt met de Joodse gemeenschap,” zegt Femmetje.

Een zustergemeenschap

De diversiteit binnen de groep is groot: vrouwen van verschillende politieke overtuigingen en levensverhalen. Wat hen verbindt is de culturele achtergrond, het gedeelde

Hoe om te gaan met antisemitisme?

besef van de kwetsbaarheid van de democratie, en de behoefte om zich uit te spreken. Discussie is welkom, zolang het met respect gebeurt. “Veiligheid staat voorop,” benadrukt Femmetje. “Iedereen moet zich vrij kunnen voelen om haar mening te delen, wij hangen niet aan een bepaalde politieke stroming aan.”

Voor veel deelnemers heeft de Women's Circle diepe impact. Antoinette, een Joodse vrouw uit Brabant, vertelt: “Na 7 oktober voelde ik me erg alleen. Door de Women's Circle kan ik de Joodse cultuur delen, ook met niet-Joodse vriendinnen. Mijn netwerk is enorm uitgebreid. We hoeven het niet altijd met elkaar eens te zijn, maar we zijn een zustergemeenschap.”

“Maccabi is een powerhouse.”



Lunch met o.a. politici en journalisten

Ook Mariska, een christelijke vrouw met een sterk gevoel van verbondenheid met Israël en het Jodendom, vond eindelijk een plek om dat deel van haar identiteit te delen. “Het voelde bijna alsof ik uit de kast kwam. Wat ik jaren onderhuids meedroeg, mag ik nu openlijk delen. Door de Circle voel ik me krachtiger en meer mezelf.”

Kracht in actie

Tijdens de rellen rond de Israëlische voetbalclub Maccabi werd de kracht van de gemeenschap tastbaar. Daniella: “We wilden een safe house opzetten, en binnen no time stonden er tientallen vrouwen klaar om te helpen – ook uit het zuiden van het land.” Mariska herinnert zich vooral hoe indrukwekkend het was om te ervaren hoe snel de

groep kon schakelen: “Maccabi is een powerhouse.”

De Women's Circle blijft groeien en zich ontwikkelen. Jongere vrouwen zijn nadrukkelijk welkom. De groep biedt niet alleen steun en herkenning, maar ook de mogelijkheid om écht iets teweeg te brengen in de samenleving. “Het is ook een netwerkclub,” zegt Daniella. “Wat we hebben opgebouwd is meer dan gelukt en we zijn nog lang niet klaar.” •

Wil je ook ‘vriendin’ worden van de Maccabi Womens Circle? Stuur dan een mail naar: womenscircle@maccabi.nl. Iedere vrouw die zich herkent in het gedachtegoed van de groep, is van harte welkom.

Najaar 2025 in Amsterdam

Gespreksgroep: zorgen voor een ander begint bij jou

Zorgt u voor een ander? Misschien doet u dit uit liefde, uit noodzaak of omdat het zo is gegroeid. Mantelzorg is waardevol, maar kan ook zwaar zijn – zeker in combinatie met werk, kinderen en uw sociale leven.

**“Goed zorgen voor een ander,
goed zorgen voor mezelf.”**

Tijdens zeven bijeenkomsten krijgt u praktische handvatten om uw eigen grenzen te herkennen en bewaken. U leert van anderen hoe mantelzorg, vanuit een Joodse achtergrond, in balans kan worden gebracht met uw eigen welzijn. Daarnaast is er ruimte voor reflectie op uw identiteit en de rol die mantelzorg daarin speelt. In Joodse gezinnen kunnen oorlogstrauma's of complexe familieverhoudingen een extra rol spelen. JMW ondersteunt kinderen van oorlogsoverlevenden en staat klaar om u hierin te begeleiden.

joodswelzijn.nl

Voor iedereen met een Joodse achtergrond en/of partner.



Aanmelden

Deelnemen aan deze gespreksgroep?

Wij starten een nieuwe groep in het najaar

van 2025 in Amsterdam. Stuur een mail naar

spreekuur@joodswelzijn.nl of bel naar **088 - 165 22 00**.

Deelname kost **€ 10,00 per bijeenkomst**.



JNF Experience 24 juni 2025

Mis het niet!

Ontmoet onze sprekers uit Israël:



Nissan Zeevi, derde generatie Galileeër, strijdt onvermoeibaar voor veiligheid, economische groei en terugkeer naar het noorden.



Liat Cohen Raviv, uit Metulla, stond in de frontlinie van de evacuaties en bood steun aan getroffen families.



Dinsdag 24 juni



18:00 - 22:00 uur



Flevoland



**Israëlische
muziek**



**Inclusief hapjes
en drankjes**

Samen sterk voor Israël
Van Verwoesting naar Veerkracht...



**...de terugkeer
van landbouw en leven
in Noord-Israël**



**Meld je
hier aan**

Marianne Fuchs

Onuitputbare bron van ideeën

Het onverwachte overlijden van Marianne (1949-2025), ons mederedactielid en goede vriendin die meer dan 45 jaar actief is geweest voor JMW, heeft bij ons en vele anderen een grote schok teweeggebracht.

Vooral veel Joodse babyboomers zullen met warmte aan haar terugdenken, want als groepswerker heeft zij zich vanaf de jaren tachtig op bijzondere wijze ingezet voor deze doelgroep. Maar Marianne was zoveel meer. Marianne werd op 10 juni 1949 geboren in een Joods gezin in Amsterdam. Ze is altijd ondernemend en reislustig geweest. Na haar eindexamen HBS vertrok ze voor een tijdje naar Israël.

Terug in Amsterdam leerde ze haar man kennen. Samen met hem woonde ze enige tijd in Californië waar ze aanvragen voor oorlogsgetroffenen verzorgde. Weer in Nederland kregen zij twee kinderen, en later werd ze de trotse oma van vijf kleinkinderen.

Praten met de tweede generatie

In 1979 trad Marianne als maatschappelijk werker in dienst van JMW. Na een aantal jaren specialiseerde ze zich in groepswerk en ging als zodanig op de afdeling Samenlevingsopbouw van JMW werken. Jarenlang was ze de spil in gespreksgroepen waarin Joodse identiteit en de gevolgen van de oorlog voor de tweede generatie de belangrijkste thema's waren. Ze werkte niet alleen in Amsterdam maar ook in de mediene.

Bovendien was Marianne van alle markten thuis, ze was medeorganisator van het eerste grote congres voor de naoorlogse generatie in Woudschoten en begeleidde ook vele schrijfgroepen. Door haar grote sociale netwerk wist ze ook altijd sprekers voor congressen en themabijeenkomsten aan te trekken. Het was geen wonder dat ze zo'n groot netwerk had want ze legde zo makkelijk contact, was altijd belangstellend en in de positieve zin nieuwsgierig naar alles en iedereen om haar heen.

Benjamin

Omstreeks 1990 startte de afdeling Samenlevingsopbouw van JMW met een contactblad voor haar doelgroep, dat



later de Benjamin zou worden. Marianne, communicatief als ze was, was hierbij meteen betrokken. De Benjamin zou uitmonden in een kwartaalblad waarin Joodse cultuur en human interest in de breedste zin van het woord centraal zouden komen te staan.

Marianne ontwikkelde zich tot een van de pijlers van de redactie en had altijd originele ideeën voor artikelen. Vanaf 2013 bracht ze

om gezondheidsredenen de winter in Curaçao door waar ze in een mum van tijd weer een sociaal netwerk en vriendenkring opbouwde. De Benjamin profiteerde daarvan. Ze interviewde onder anderen de rabbijn uit Willemstad, de waarnemend gouverneur van Curaçao en schreef over vier generaties Maduro, de naamgever van Madurodam.

Een scala van onderwerpen bracht Marianne onder de aandacht van de lezers: hedendaagse ideeën over de besnijdenis, over Joods begraven, kinderloosheid, enz. Marianne hield van lekker eten en de eetrubriek die ze jaren verzorgde was aan haar wel toevertrouwd. Ook hier koos ze altijd een originele invalshoek zoals bijvoorbeeld veganisme in Tel Aviv.

Marianne was heel geliefd in de redactie vanwege haar creativiteit, humor, relativeringsvermogen, solidariteit en gezelligheid. We konden ook altijd op haar rekenen. Een paar weken voor haar dood deed ze vanuit Curaçao via Zoom online nog mee aan een vergadering, waarin zij ons op een geestige manier ook weer even deelgenoot maakte van het uitzicht.

Marianne was altijd levenslustig en bleef tot het eind, ondanks haar gezondheidsproblemen, deelnemen aan alles wat het leven te bieden had, zoals lezingen, tentoonstellingen en uitjes. Klagen deed ze niet en aan het eind zei ze: "Ik heb een mooi leven gehad". •

*Wij zullen haar enorm missen,
de redactie zal nooit meer dezelfde zijn.*

*Ferry Biedermann, Rico Brentjens, Jessica Polak,
Patrick Sternfeld, Jolan Toff en Karien Anstadt.*



Crescas geeft je een Joodse basis

Met deze drie online cursussen leg je de basis voor een leven lang leren:

Alef-Beet

Met deze cursus leer je het Hebreeuwse alfabet, het 'Alef-Beet'. Je leert de drukletters lezen en dankzij handige animaties, de schrijffletters schrijven.

DANIELLE VAN DEN BOS



3500 jaar Joodse Geschiedenis

13 video's die elk een ander stukje geschiedenis laten zien. Aan het eind van deze cursus herkent u op welke manieren Joodse identiteit in verschillende periodes werd bepaald en hoe en waarom die verschillende Joodse identiteiten de ene keer op elkaar lijken en de andere keer juist niet...

BART WALLET



Starterskit Jodendom

Wat zijn de hoogtepunten van het jaar in het Joodse leven? Wat gebeurt er thuis én in de synagoge tijdens de sjabbat en tijdens Joodse feestdagen? Wat is een bar mitswa nou precies en wat doe je als je daarvoor uitgenodigd bent? Waarom is paling niet kosjer? Na het volgen van deze cursus heeft het jodendom voor u veel minder geheimen en heeft u een goede basis om door te leren.



Kijk op www.crescas.nl
voor meer informatie
Een leven lang leren

joods educatief centrum
crescas
קרשקס

Van multinationals naar kurk

David Even kiest voor impact

TEKST RICO BRENTJENS FOTO VIA DAVID EVEN

De 35-jarige David Even besloot zijn carrière in het bedrijfsleven achter zich te laten voor een hoger doel: duurzaamheid. Met zijn bedrijf Primal Soles ontwikkelt hij circulaire inlegzolen en slippers van kurk, een product dat zowel het milieu als de consument ten goede komt.

Rond zijn dertigste, aan het begin van de corona pandemie, begon David Even (1990) zich af te vragen wat hij écht wilde bijdragen aan de wereld. Geboren in Canada en opgegroeid in Nederland, besloot hij na een paar jaar werken in New York het roer om te gooien. Geen carrière meer bij grote bedrijven of focus op geld — hij wilde iets doen voor natuur en samenleving. Zijn belangstelling voor duurzaamheid, die hij als kind al had, kwam weer naar boven.

Intussen was hij begonnen aan een master bedrijfskunde aan de Bocconi Universiteit in Milaan, waar hij president werd van de ondernemersclub. Zo kreeg hij toegang tot duurzame projecten en een waardevol netwerk.

Eén project was het opstellen van een duurzaam businessmodel voor kleding van Middellandse Zeewier — een regeneratief materiaal dat blijft

groeien en zelfs na afsterven bruikbaar is. Zo ontdekte David de potentie van natuurlijke materialen. Kurk sprong eruit: hernieuwbaar, recyclebaar en geschikt voor schoenen. Dat werd de basis voor een nieuw businessmodel.

Een duurzame stap vooruit

David's interesse in de schoenenindustrie komt voort uit zijn actieve levensstijl. "Als je dertig wordt, kun je meer last krijgen van je knieën en rug. Dus gebruikte ik inlegzolen," vertelt hij. Na verloop van tijd merkte hij dat ze duur waren, slecht voor het milieu én niet goed voor zijn lichaam.

"Lopen is zo fundamenteel, ik wilde iets verbeteren dat echt telt." Toen hij hoorde dat jaarlijks 13 miljard plastic inlegzolen zonder recycling werden geproduceerd, zag hij een milieuprobleem waar niemand iets aan deed. Zijn oplossing: een inlegzool van kurk — comfortabeler, duurzamer en milieuvriendelijker. "Kurk is een wondermateriaal," zegt David. "Licht, natuurlijk, hernieuwbaar én met de hand geoogst zonder bomen te kappen. Dat helpt zelfs de biodiversiteit."

Hij reisde naar Portugal, waar het grootste deel van de wereldwijde kurkproductie plaatsvindt. Daar sloot David een samenwerking met Amorim, een bedrijf dat zich richt op duurzame toepassingen van kurk in de schoenenindustrie. Zo ontstond een uniek, circulair product: inlegzolen van her te gebruiken kurk, zonder stiknaden en volledig recyclebaar.

In 2022 richtte hij uiteindelijk Primal Soles op, aanvankelijk als eenmanszaak. Inmiddels runt hij het bedrijf samen met zijn jongere broer. Hun producten, gemaakt in Portugal, zijn te koop via hun eigen website, Decathlon en Bol.com. Gebruikte zolen kunnen worden ingeleverd en volledig gerecycled.

Ook de hotelindustrie toont nu belangstelling. Voor deze sector ontwikkelde Primal Soles circulaire slippers — een primeur in een branche vol verspilling. In 2023 werd het bedrijf bekroond met de prijs voor het beste studentenproject met maatschappelijke en ecologische impact, uitgereikt door de *Financial Times*.

Van identiteit naar impact

De Joodse identiteit speelt een centrale rol in David's leven. Hij groeide op in een liberaal Joods gezin en was als



David Even

kind lid van de Liberaal Joodse Gemeente (LJG) in Den Haag, waar hij ook zijn barmitswa deed. Als volwassene is hij geen lid meer, maar zijn Joodse achtergrond blijft richtinggevend.

“Ik ben opgegroeid met het Joodse verhaal van vluchten, overleven en denken aan de volgende generaties. Door dat verleden voel ik sterk dat ik iets van mijn leven wil maken — het moet niet voor niets zijn geweest. Ik wil iets goeds doen, iets dat betekenis heeft.”

David viert nog altijd de Joodse feestdagen en was actief bij de zionistische jeugdvereniging Habonim. Met hen maakte hij een Israëlreis die diepe indruk maakte. In 2013, op 23-jarige leeftijd, ging hij op aliya en woonde daarna twee jaar in Israël.

In zijn werk weerspiegelt zich het Joodse principe van tikoén olam — de wereld beter achterlaten dan je haar aantrof. Met zijn bedrijf Primal Soles doneert hij 1% van de omzet aan natuurprojecten via *One Percent for the Planet*. Daarnaast werkt hij aan een ambitieus doel: €100.000 ophalen voor de herbebossing van duizend

hectare kurkwoud in Portugal. “Als je iets neemt van de natuur, moet je ook teruggeven,” zegt David.

Inspireren en doelen

Via masterclasses, hun documentaire *One Step at a Time* op het duurzaamheidsplatform WaterBear en jaarlijks tijdens het World Economic Forum in Davos wil David jonge ondernemers inspireren om bij te dragen aan een betere wereld.

“Veel jongeren kiezen nog steeds voor veilige banen bij grote bedrijven, ook als die bijdragen aan milieuproblemen. Ik wil laten zien dat het ook anders kan. Dat je met moed en visie echt verschil kunt maken.” Tegelijk blijft hij realistisch: “We zijn pas net begonnen en willen mensen bewust maken én inspireren. Uiteindelijk moet duurzaamheid vanzelfsprekend worden.”

Zijn droom? Dat elke Nederlander minstens één paar duurzame inlegzolen van Primal Soles bezit. “Als we dat kunnen realiseren, maken we pas écht impact. Voor nu richten we ons op een sterke marktpositie en willen we één miljoen stuks verkopen.” •



‘De bundel van 43 teksten van Oudheid tot halverwege de twintigste eeuw komt als geroepen, nu antisemitisme opnieuw vol in de aandacht staat.’ **NRC** ●●●●

www.pbo.nl **PROMETHEUS**

Leven in de schaduw van conflict

Nieuwe gespreksgroep

TEKST RICO BRENTJENS FOTO JMW

Na 7 oktober 2023 voelden velen binnen de Joodse gemeenschap angst, woede en onzekerheid. JMW organiseerde steunbijeenkomsten door heel Nederland en merkte daarbij de wens op om in kleine groepen dieper hierover in gesprek te gaan. Zo werd de gespreksgroep *Leven in de schaduw van conflict* geboren.

"Het gaat niet alleen om het delen van angsten. We willen begrijpen waar onze pijn vandaan komt en hoe we samen sterker kunnen worden," legt Esther van

Stratum uit. Ze is maatschappelijk werker bij JMW, gespecialiseerd in verlies en rouw.

Eind 2024 startten Esther en haar JMW-collega Judith Groot de

eerste twee groepen: één in Arnhem en één in Dieren.

Voor deelname is het belangrijk dat deelnemers open kunnen praten over hun gevoelens en gedachten, en dat ze ook willen luisteren naar de verhalen van anderen.

De groep biedt ruimte om onzekerheden te verkennen en helpt

deelnemers zichzelf opnieuw te definiëren: Wie ben ik? Hoe

kijk ik naar de wereld en mijn relaties?

In dit proces worden relaties vaak herzien: vriendschappen blijken soms kwetsbaarder dan gedacht, en zelfs binnen families ontstaan conflicten. Het is extra

pijnlijk als je het gevoel hebt niet begrepen te worden door mensen die dicht bij je staan. Veel deelnemers herkennen dit en zeggen: "Zo voel ik het ook, maar ik kan het bij niemand kwijt. Zelfs binnen mijn eigen familie leidt dit tot conflicten."

Rouw, veerkracht en identiteit

De gespreksgroep is bedoeld voor volwassenen van alle leeftijden, of ze nu werken, studeren of met pensioen zijn. De groep komt drie keer bij elkaar en sluit af met een terugkombijeenkomst. In deze sessies worden drie belangrijke thema's besproken: rouw, veerkracht en identiteit. Deze thema's komen op verschillende manieren terug in de gesprekken, afhankelijk van de groep en wat er op dat moment speelt.

Het programma is flexibel en wordt aangepast aan de wensen en behoeften van de deelnemers. Wederzijds respect en het leren van elkaar staan hierbij centraal. Wat deze gespreksgroep onderscheidt van andere groepen van JMW is dat de focus ligt op hoe je je verhoudt tot de onzekerheden van het leven.

"Meer begrip en openheid."

Voordat de diepte in wordt gegaan staat in de eerste sessie de kennismaking centraal. Met een oefening onderzoeken deelnemers welke waarden en normen belangrijk voor hen zijn, en wat die voor hen betekenen. Dit helpt het gesprek los te maken van politieke voorkeuren en richt de focus op gedeelde waarden, wat de onderlinge verbinding versterkt. Ook wordt gekeken naar hoe persoonlijke verhalen en hechtingspatronen (hoe je relaties aangaat) invloed hebben op je kijk op de wereld.

Als deelnemster van de eerste groep merkte Linda van der Burg-Azulai hoe de oefeningen en gesprekken haar hielpen om zichzelf én anderen beter te begrijpen. "De inzichten in waarden, deugden en hoe ik relaties aanga, helpen mij met meer begrip en openheid naar mensen met andere opvattingen te kijken."



Onbegrip en conflicten

Esther merkte tijdens de sessies dat deelnemers vaak worstelen met gevoelens van eenzaamheid, angst, twijfel, woede, onveiligheid en onzekerheid over hun plaats in een wereld vol heftige emoties en tegenstrijdige meningen.

Linda van der Burg-Azulai vertelt: "Ik probeer mijn gevoelens meer toe te laten. Ook lees ik bewust informatie die niet in mijn straatje past, zodat ik mensen met andere meningen beter kan begrijpen."

Door nieuwe inzichten leren deelnemers beter om te gaan met hun emoties, krijgen ze meer grip op tegenstrijdige gevoelens en versterken ze hun veerkracht. Zo ontstaat ruimte voor heling – niet alleen van binnenuit, maar ook in de ontmoeting met anderen. De kernvraag blijft: hoe ga je om met de onzekerheden van het leven, en wat betekent je Joodse identiteit voor jou?

In deze gespreksgroep kunnen deelnemers rekenen op een veilige omgeving waarin gedachten, gevoelens en verwachtingen open gedeeld kunnen worden, en waar erkenning centraal staat. Alles wat besproken wordt, blijft binnen de groep. Iedereen wordt aangemoedigd zich uit te spreken en zich gehoord, gezien en gerespecteerd te voelen.

Er is ruimte voor eerlijke gesprekken, waarin deelnemers elkaar bevragen en oprecht naar elkaar luisteren. Linda van der Burg-Azulai geeft als advies mee: "Zoek elkaar op, bied steun, luister naar elkaars pijn en geef troost. Volg je hart, ook als het conflict verwarrend is." •

Vanaf oktober/november starten er meerdere groepen in verschillende Nederlandse steden. Een groep start bij minimaal zes deelnemers. Benieuwd of er ook een groep in uw regio start? Stuur een e-mail naar spreekuur@joodswelzijn.nl of bel ons op 088-165 22 00.



mr L.E. Visserhuis
Joods woonzorgcentrum

Zelfstandig en verzorgd wonen

Mooi kleinschalig woonzorgcentrum in Benoordenhout, Den Haag met ruime appartementen en verpleeggroepen.

Wilt u zelfstandig blijven wonen en indien nodig verpleeghuiszorg thuis/thuiszorg inschakelen? Dat kan in onze 36 appartementen. Voor ouderen die niet meer de regie over hun leven kunnen voeren, zijn er psychogeriatrische en somatische verpleegplaatsen in zeven kleinschalige woongroepen. Nog geen zorg nodig? Iedereen is welkom in ons restaurant.

Voor meer informatie: 070 3143800
of de website: www.jbc-visserhuis.nl

Ziekenhuis Amstelland

Aangenaam dichtbij voor iedereen

Ziekenhuis
Amstelland



Wij bieden zorg met nesjomme

Samen sta je nooit alleen

Wil jij ook een bijdrage leveren aan de zorg?
Scan de QR-code voor meer informatie
over ons ziekenhuis en onze vacatures.



JMW-, Catom-, Freyda- en Lev-activiteiten* door het hele land: ontmoetingen, lezingen en meer. De bijeenkomsten zijn voor iedereen met een Joodse achtergrond en (eventuele) partner. Voor onze actuele agenda kunt u kijken op joodswelzijn.nl/activiteiten en op freyda.nl/agenda. Ook kunt u zich aanmelden voor de JMW-nieuwsbrief via activiteiten@joodswelzijn.nl.



Beleef een onvergetelijke dag in Haarlem

Laat je op **zondag 6 juli** verrassen door deze prachtige stad! We ontmoeten elkaar op het station voor een stadswandeling, waarbij we ons verdiepen in de (Joodse) geschiedenis van Haarlem. Daarna wacht ons een heerlijke falafel-lunch, waarna we naar een mooie sloep wandelen voor een boottocht door de grachten. Geniet van het zonnetje, nip aan een verfrissend drankje en leer nieuwe mensen kennen! De kosten bedragen € 25,-.

Aanmelden via activiteiten@joodswelzijn.nl of door te bellen naar 088-1652200

Platform JEI: Joods Appingedam

Op **zondag 31 augustus** organiseert Platform JEI Noord-Nederland een bijzondere middag in Appingedam. Tijdens deze bijeenkomst maakt u kennis met de rijke geschiedenis van de Joodse gemeenschap in Appingedam. Het programma bestaat uit een lezing, een bezichtiging van de synagoge en een stadswandeling, waarbij ook een bezoek wordt gebracht aan de Joodse begraafplaats. De kosten voor deelname bedragen € 12,50.

Aanmelden kan via platformjeinn@gmail.com.

**Disclaimer: er kunnen wijzigingen in het programma plaatsvinden.*

De kracht van kunst

Op **zondag 7 september** organiseert JMW in Utrecht een inspirerende middag voor iedereen die nieuwsgierig is naar de kracht van kunst, muziek en andere creatieve vormen. We gaan in gesprek met een panel van kunstenaars en creatieve therapeuten over hoe kunst ons kan raken en verbinden. Daarna kun je zelf aan de slag in workshops waarin je beeldende kunst en muziek op een nieuwe manier beleeft. Een middag vol creativiteit, ontmoeting en nieuwe inzichten! Deelname kost € 15,-.

Aanmelden via activiteiten@joodswelzijn.nl of door te bellen naar 088-1652200.

Ontmoetingsgroepen JMW:

JMW heeft in het land ontmoetingsgroepen die regelmatig bij elkaar komen voor een praatje, een lezing of om gezamenlijk de feestdagen te vieren. Vrijwilligers organiseren de bijeenkomsten en onderhouden het contact met de deelnemers. Kijk voor de meest actuele informatie op de agenda op onze website.

Breda

Finjan

Elke 2e woensdag van de maand van 10:00 tot 12:00 uur. Toegang kost € 5,-. Data: **10 september**.

Graag vooraf aanmelden bij [Tanya Simons via tanya@simons64@hotmail.com](mailto:Tanya.Simons@tanyasimons64@hotmail.com) of door te bellen naar 06-22327053.

Brunssum

Jiddisjkeit

De bijeenkomsten vinden **vijf keer per jaar** plaats met elke keer weer een ander thema. Toegang kost € 12,50. Data: **22 juni** (seizoensafsluiting met een barbecue, muziek en een Israëlische markt van 14:00 tot 16:00 uur, toegang kost € 15,-) en in **september** een Rosj Hasjana-viering.

Voor meer informatie, neem contact op met Sophia via 06-24702356.

Den Bosch

Bejachad

Wegens de zomerstop zijn er tijdelijk geen activiteiten. Wilt u op de hoogte blijven van nieuwe activiteiten? Meld u dan aan voor de tweewekelijkse nieuwsbrief of houd onze website in de gaten.

Voor meer informatie, neem contact op met Koos via koosdl@gmail.com.

Den Haag

Haags Smoezen

Elke 3e donderdag van de maand van 14:30 tot 15:30 uur. Toegang kost € 5,-. Data: **19 juni** en **18 september**.

Graag vooraf aanmelden via activiteiten@joodswelzijn.nl of door te bellen naar 088-1652200.

Dieren

Kletzmaar

Elke 1e donderdag van de maand van 10:30 tot 12:30 uur. Toegang kost € 5,-. Data: **3 juli** (seizoensafsluiting met muziek) en **4 september** (vragspel: Leer elkaar beter kennen).

Graag vooraf aanmelden bij [Marij Bachrach, via kletzmaarmee@gmail.com](mailto:Marij.Bachrach@kletzmaarmee@gmail.com).

Heerenveen

Mifgasjiem

Elke 3e woensdagochtend van de maand van 10:00 tot 13:30 uur. Toegang kost € 13,50 incl. lunch. Data: **18 juni** (anders dan anders). Wegens de zomerstop zijn er in juli en augustus geen activiteiten. Wilt u op de hoogte blijven van nieuwe activiteiten? Meld u dan aan voor de tweewekelijkse nieuwsbrief of houd onze website in de gaten.

Graag vooraf aanmelden bij [Anna Pool via anna.pool@gmail.com](mailto:Anna.Pool@anna.pool@gmail.com).

Hilversum

Gooise Nesjomme

Elke 3e donderdag van de maand wordt er van 09:30 tot 12:30 uur een bijeenkomst voor ontmoeting en smoezen, onderbroken door een "cultureel kwartiertje", georganiseerd. Toegang kost € 5,- incl. koffie/thee en iets lekkers.

Data: **17 juli** (Madeleine Albright was de eerste vrouwelijke Amerikaanse minister van Buitenlandse Zaken) en **21 augustus** (Hedy d'Ancona is een Nederlandse politica, feministe en sociaal-cultureel werker).

Graag vooraf aanmelden bij [Edith Bernards via 023-2002106](mailto:Edith.Bernards@ziggo.nl) of edith.bernards@ziggo.nl.

Extra info: U kunt in de omgeving gratis parkeren.

Rotterdam

Joffie Koffie

Elke 3e dinsdag van de maand van 10:30 tot 12:30 uur organiseert de ontmoetingsgroep in Rotterdam een gezellige bijeenkomst om nieuwe mensen te ontmoeten, vaak met een thema. Toegang kost € 5,-.

Data: 17 juni, 19 augustus en 16 september.

Graag vooraf aanmelden bij Wim via 06-10276063 of wim.l.denouden@gmail.com of bij Yvonne via 06-10920988 of y.denneboom@hetnet.nl.

Zaandam

Misjopge aan de Zaan

Elke laatste woensdag van de maand is er een gezellige bijeenkomst voor ontmoeting en smoezen, met regelmatig een thema. De bijeenkomsten vinden plaats van 10:30 tot 12:30 uur. Toegang kost € 5,50. Data: 27 augustus en 1 oktober (Rosj Hasjana-viering).

Graag vooraf aanmelden bij Erna Houtkooper-Barend via 06-22473171 of erna.houtkooper@hetnet.nl.

Extra info: U kunt in de omgeving gratis parkeren.

Nieuwsbrief

Wilt u de tweewekelijkse JMW-nieuwsbrief ontvangen? Of heeft u vragen/wensen? Mail dan naar activiteiten@joodswelzijn.nl.

Alle mediene groepen worden mede mogelijk gemaakt door Maror.



freyda
Over Joods Leven

Freyda – Jong & Joods
Het jongerenlabel van JMW

Wil je meer weten over Freyda of wil je nog iets vragen? Kijk op onze website freyda.nl of neem contact met ons op via info@freyda.nl. Volg je ons eigenlijk al op onze socialemediakanalen?



Volg hier onze Instagram-pagina!

JPride

JPride organiseert iedere maand een evenement in een informele en gezellige setting voor Joodse-queer twintigers en dertigers in Amsterdam. De voertaal is Engels. Data:

29 augustus (Shabbat dinner).

Heb je vragen of wil je meer informatie over JPride?

Stuur dan een mail naar jprideamsterdam@gmail.com.

Check de agenda op de website om op de hoogte te blijven.

Heb jij leuke ideeën voor toekomstige evenementen? Of wil je columnist(e) worden op Freyda? Kom met ons in contact via sociale media of via info@freyda.nl!



Lev is het ontmoetingscentrum van JMW, voor iedereen van 60+ met een Joodse achtergrond en/of partner. Lev is geopend tijdens activiteiten van maandag t/m donderdag van 10:00 tot 17:00 uur en op vrijdagochtend tot 12:00 uur. Voorafgaand aan onze activiteiten, zoals filmvertoningen en lezingen, is er de mogelijkheid om gezamenlijk bij ons koosjer te lunchen. Voor vragen over de activiteiten of om u aan te melden, stuur een mail naar lev@joodswelzijn.nl of bel 088-1652255.

Maandag Matinee

De 1e maandagmiddag van de maand is er een filmvertoning in Lev. Voor de aanvang van de film is er de gelegenheid om gezellig samen te lunchen van 12:00 tot 13:00 uur. Om 13:00 uur starten we met de film.



Na afloop kan nagepraat worden met koffie/thee. Deelname kost € 15,- (voor film en lunch) of € 7,50 (alleen film). De volgende matineeën zijn op **7 juli** en **1 september**.

Joodse cultuurgeschiedenis
Iedere dinsdagmiddag van 14:00 tot 15:30 uur neemt Victor Brilleman ons mee in de boeiende wereld van de Joodse cultuurgeschiedenis. Hij bespreekt tal van onderwerpen: Joodse kunstschilders zoals Max Liebermann en de gebroeders Verveer, maar ook graficus Samuel Jessurun de Mesquita en vader en zoon Israëls. Uiteraard komen Joodse schrijvers ook aan bod. Deelname kost € 20,- voor vier lessen.

Tai Chi Chih
Iedere woensdagochtend van 10:15 tot 11:15 uur onder begeleiding van docente Marcella Levie. Tai Chi Chih is een serie van 20 bewegingen die iedereen kan doen, ongeacht leeftijd of lichamelijke kracht. Het kan zelfs zittend gedaan worden. De bewegingen zijn fijn om te doen, vloeiend en langzaam, activeren de lichaamsenergie (chi) en bevorderen de gezondheid. Vanwege de grote interesse willen we een nieuwe groep starten op vrijdagochtend van 10:15 tot 11:15 uur.
Bent u geïnteresseerd, stuur dan een mail naar Lev. Deelname kost € 7,-.

Ontmoeting op de donderdagochtend
Iedere donderdagochtend van 10:00 tot 12:00 uur is iedereen welkom die op zoek is naar ontmoeting, vriendschap en gezelligheid. Een vast moment in de week om vertrouwde gezichten te zien en nieuwe mensen te ontmoeten. Deelname kost € 2,50.

Verder hebben wij ook nog onze wekelijkse activiteiten:
Wandelen met Lev, lezingen, schilderen en tekenlessen, conversatie Ivriet, online voorlezen en nog veel meer.

Informatie en aanmelden via
lev@joodswelzijn.nl of via
088-1652255 (Lev secretariaat).

catom
לישראלים ביהודה

Catom is het Israëlische label van JMW

Mifgasjiem Be'Kef in Amstelveen
מפגשים בכף

Elke laatste donderdag van de maand is er een gezellige bijeenkomst en/of activiteit voor in Nederland wonende 60+ Israëli's, van 10:30 tot 12:30 uur. Deelname kost € 10,-. De voertaal is Ivriet.

Meer informatie en/of aanmelden kan bij Gili via 06-45505723 of bij Helen via 06-46310615.

Extra info: U kunt in de omgeving gratis parkeren.

Israëlische Moeders Café in Amstelveen

Gezellige ontmoetingsgroep voor Israëlische vrouwen. Het samenkomen is geschikt om lekker in Ivriet te kletsen, nieuwe contacten op te doen of om kennis te vergaren door het volgen van lezingen en workshops. Het Israëlische Moeders Café komt



zes keer per jaar samen, op dinsdag of donderdag. De ene keer in de ochtend van 10:30 tot 13:00 uur, de andere keer in de avond van 19:30 tot 22:00 uur. Deelname kost € 10,-. De voertaal is Ivriet.
Meer informatie en/of aanmelden kan bij Eynat via 06-83786000.

Extra info: U kunt in de omgeving gratis parkeren.

Sjaat Sipoer שעת סיפור (Voorleesuurkje voor de kleintjes) in Amstelveen

Een paar keer per jaar wordt er een voorleesuurkje in Ivriet, inclusief een activiteit, voor de kleintjes georganiseerd. De doelgroep is van 2 tot en met 7 jaar. Er zijn ook hapjes en drankjes. Deelname kost € 4,-. De voertaal is Ivriet.
Data: **22 juni** (Sjaat Sipoer neemt deel aan de Hebreeuwse Boekenweek in Den Haag van 13:00 tot 17:00 uur).
Meer informatie en/of aanmelden kan bij Tamar via 06-21992840.

Voor up-to-date informatie over de activiteiten van Catom, bezoek en volg onze Facebookpagina en/of Instagramaccount! Ontvangt u al onze nieuwsbrief? Stuur een mail naar: catom@joodswelzijn.nl.



Volg Catom op Instagram!



Bekijk Catom's Facebook-pagina hier!

Catom activiteiten worden mede mogelijk gemaakt door Maror.



Johanna Heijman

Ik ben op zoek naar Johanna Heijman, dochter van Mozes Heijman (1898-1995) en Hendrikje Nijenhuis (1904-?). Zij is een achternichtje van mij en ik heb nooit geweten dat er nog een levend familielid is van familie van moederskant. Reacties graag naar tsilaradecker@hotmail.com

Recepten van en voor de misjpoche

Traditionele Joodse recepten met een vleugje liefde - Recepten van en voor de misjpoche is een verzameling van tijdloze gerechten. Simpel, warm en vol smaak. Denk aan een goddelijke kippensoep, zachte challah en zoete kugel: gerechten die generaties verbinden en herinneringen

oproepen. Een boekje dat je niet alleen in de keuken, maar ook in je hart bewaart. Door de vele enthousiaste reacties is het boekje nu te koop voor €24,95. Lijkt het je leuk om er ook één in huis te halen?

Stuur dan gerust een mailtje naar: michelle.michel@hotmail.com

Contact

Vriendschap of meer

Zoek jij een lieve, leuke, warme, volle, humorvolle Amsterdammer, sinds 1 jaar weduwnaar, 74 jaar oud? Verlang je ook naar elkaar 100% te kunnen vertrouwen en delen? Iemand met wie je regelmatig kan bellen, appen en afspreken voor vriendschap en

of meer? Ik woon in Amstelveen, rook en drink niet. Als je rookt is dat een no go. Ik kan wel eten klaarmaken maar niet een mooi gerecht. Heel fijn als jij wel van koken houdt. Verder ben ik een beetje huismus, kijk graag TV. Ben zorgzaam. Heb driemaal de wereld rond gereisd. Seigel, intelligentie en veel nesjomme trekken mij zeer aan. Ik hoop dat je tijd hebt en je wil inzetten om elkaar te leren kennen en genieten van wat ons rest.

Contact via Sjoekertje@outlook.com

Je kan een sjoekertje sturen naar benjamin@joodswelzijn.nl.

Deadline Rosj Hasjana nummer: 13 augustus 2025.

Zondag 6 juli | Haarlem

Een heerlijk dag uit in Haarlem

Laat je verrassen door de charme van deze prachtige stad! Geniet van het zonnetje, nip aan een verfrissend drankje en leer nieuwe mensen kennen!

- Stadswandeling met verdieping in de Joodse geschiedenis van Haarlem
- Falafel-lunch inbegrepen
- Sloepvaart door de Haarlemse grachten

Haarlem wacht op je!



Voor aanmelden ga naar activiteiten@joodswelzijn.nl, scan de QR-code of bel naar **088-1652200**. Deelname kost € 25,-.

Voor iedereen met een Joodse achtergrond en/of partner.
www.joodswelzijn.nl



Gespreksgroepen

Kun je goed luisteren? En deel je graag jouw ervaringen? Dan is een gespreksgroep iets voor jou. Het is voor mensen vaak prettig om (ingrijpende) gebeurtenissen met elkaar te delen in een veilige (Joodse) omgeving. Je vindt herkenning in elkaars verhaal en erkenning voor jouw eigen gedachtes en dilemma's. De aankomende periode starten wij met de volgende groepen:

Na de oorlog geboren, met de oorlog geleefd (eind september 2025 in Amsterdam)

Ben jij na de Tweede Wereldoorlog geboren en kind van een oorlogsoverlevende(n)? Dan hoor je bij de tweede generatie. Als kind van overlevenden groei je op met het oorlogsverleden van je ouder(s). Dit kan je leven sterk beïnvloeden omdat je niet beseft dat je klachten verband houden met de oorlogservaringen van je ouder(s), of omdat je ze als minder belangrijk beschouwt. Je denkt misschien dat het verdriet van de oorlog niet van jou is, waardoor de verwerking steeds moeilijker en eenzamer wordt. Tijdens zeven bijeenkomsten gaan we in gesprek over de impact van de Sjoa op jouw leven, zowel in het verleden als nu. We maken gebruik van verschillende werkvormen, zoals beeldende therapie en familieopstellingen met poppetjes. Daarnaast lezen we artikelen en delen we persoonlijke ervaringen. De gespreksgroep van JMW biedt herkenning, inzicht en ruimte voor uitwisseling.

Beeldende Therapie (oktober 2025 in Amsterdam)

Niet voor iedereen is het even makkelijk om over gevoelens te praten. Misschien voel jij je meer op je gemak om te praten

als je bezig bent met iets anders, of vind je het juist lastig om je in woorden uit te drukken. Beeldende therapie wordt voorgesteld als een alternatieve vorm van communicatie en een uitlaatklep voor degenen die affiniteit hebben met creatief werk. Tijdens zes bijeenkomsten werken we met verschillende beeldende materialen, zoals verf of krijt, en komen er diverse persoonlijke thema's aan bod. Hierbij is het eindresultaat niet van belang; het gaat puur om de ervaring. Na elke opdracht bespreken we gezamenlijk het eindresultaat en hoe het was om de opdracht uit te voeren.

Cursus creatief schrijven (oktober 2025 in Den Haag)

Schrijven kan helpen om ervaringen, problemen en emoties te verwerken. In deze cursus ontdek je de kracht van het opschrijven van persoonlijke ervaringen. Schrijf jouw persoonlijke ervaringen en leer van anderen in een veilige en ondersteunende omgeving. Tijdens de bijeenkomsten ga je aan de hand van verschillende onderwerpen aan het werk. De door jou geschreven stukken worden, als je dat wilt, aan elkaar voorgelezen. Je ontvangt hierop feedback van de andere deelnemers en de groepsbegeleiders. Alle door jou geschreven stukken samen, vormen een 'mozaïek van je leven'. Doe mee en

laat je verrassen door de kracht van creatief schrijven.

Leven in de schaduw van conflict (na de zomer 2025 in Amsterdam en Rotterdam)

Na ruim anderhalf jaar oorlog in Israël is de impact enorm. Gevoelens van angst, onzekerheid, woede, schaamte en machteloosheid overheersen ons dagelijks leven. Deze situatie en gevolgen raken ons allemaal, ongeacht of je werkt, studeert of een ander pad bewandelt. Tijdens drie bijeenkomsten, om de twee weken, bieden wij een veilige omgeving waar het de bedoeling is dat deelnemers zich (h)erkend en begrepen voelen in hun emoties. Of je nu werkt of studeert, deze ruimte is er voor jou om je verhaal te delen en steun te vinden. Samen met elkaar gaan we de thema's rouw, weerbaarheid en identiteit dieper verkennen. Leer van elkaar, deel ervaringen en vind kracht in verbinding. Samen vinden we steun, troost en hoop.

Zorgen voor een ander begint bij jou (na de zomer 2025 in Amsterdam)

Zorg jij voor een ander? Misschien doe je dit uit liefde, noodzaak of omdat het gewoon zo is gegroeid. Mantelzorg is waardevol, maar het kan ook zwaar zijn — zeker als je dit combineert met werk, kinderen en je sociale leven.

Tijdens zeven bijeenkomsten krijg je praktische handvatten om je eigen grenzen te herkennen en te bewaken. Je leert van anderen hoe je mantelzorg, vanuit een Joodse achtergrond, in balans kunt brengen met je eigen welzijn. Er is ook ruimte voor reflectie op jouw identiteit en de rol die mantelzorg daarin speelt. In Joodse gezinnen kunnen oorlogstrauma's of complexe familieverhoudingen een extra rol spelen. JMW ondersteunt kinderen van oorlogsoverlevenden en staat klaar om jou hierin te begeleiden.

Voor alle groepen geldt dat deze alleen doorgaan bij voldoende aanmeldingen. Deelname kost €10 per sessie.

Meer informatie en aanmelden:
via spreekuur@joodswelzijn.nl of
telefonisch via 088-165 22 00.



BENJAMIN

ABONNEREN OP DE GRATIS BENJAMIN, HET KWARTAALBLAD VAN JMW.

- ☐ Ik wil het blad gratis viermaal per jaar thuis ontvangen (in Nederland).
- ☐ Ik wil de Benjamin in het buitenland ontvangen (ontvang een offerte voor de verzendkosten).
- ☐ Ik wil informatie over de **gesproken Benjamin** ontvangen.

Achternaam Voorletters

Adres

Postcode en woonplaats

Land

Email Handtekening

- ☐ Ik wil via de email af en toe **nieuws ontvangen over de Benjamin** (nieuwe nummers, podcasts etc.)
Afmelden kan altijd via een link in de email.

Dit formulier ongefrankeerd in een gesloten enveloppe opsturen naar:
JMW, Administratie Benjamin, Antwoordnummer 47160, 1070 WB Amsterdam.



Doneren aan de Benjamin

Online doneren via

<https://joodswelzijn.nl/benjamin-online/donatie/>

Of gebruik het formulier hieronder op de pagina.



B E N J A M I N

STEUN DE BENJAMIN MET EEN DONATIE

De Benjamin is het gratis kwartaalblad van JMW dat mede mogelijk wordt gemaakt door de genereuze donaties van onze lezers.

☐ Ik wil de Benjamin steunen met een **eenmalige bijdrage** van €
en machtig JMW dit af te schrijven.

OF

☐ Ik wil de Benjamin steunen voor een langere tijd met een **periodieke bijdrage**.
Ik machtig JMW voor een bedrag van:

☐ € 15

☐ € 27,50

☐ € 50

☐ een ander bedrag €

☐ per maand

☐ per kwartaal

☐ per half jaar

☐ per jaar

Achternaam Voorletters

Adres

Postcode en woonplaats

IBAN

Datum Handtekening

Alle velden volledig invullen en zowel de keuzes als de gegevens goed nakijken.

Machtiging juist intrekken?* Dat kan ook met dit formulier. ☐ Ik wil mijn machtiging intrekken.

**Ook voor machtiging intrekken graag alle gegevens invullen.*

Stichting JMW staat geregistreerd als Algemeen Nut Beogende Instelling (ANBI).

Deze gift is daarom aftrekbaar van het belastbaar inkomen. Zie joodswelzijn.nl/meer-over-jmw/anbi/

Dit formulier ongefrankeerd in een gesloten enveloppe opsturen naar:

JMW, Financiële Administratie, Antwoordnummer 47160, 1070 WB Amsterdam.

De Benjamin wordt vooral gemaakt door een redactie van vrijwilligers:



Karien Anstadt
Voormalig
medewerker
van JMW

Lea van Coeverden
Journalist



Jessica Polak
Achtergrond in de
cultuursector

Jolan Toff
Voormalig
medewerker
van JMW



Patrick Sternfeld
Achtergrond in HR

Rico Brentjens
werkzaam bij JMW

Clënten- en Deelnemersraad (CDR)

Iedereen die met JMW te maken krijgt als cliënt, deelnemer of gebruiker van onze diensten, kan terecht bij de Clënten- en Deelnemersraad (CDR). De raad is een belangrijke schakel tussen u en de organisatie en kan uw belangen behartigen, maar ook ideeën overbrengen, (veranderende) behoeftes signaleren en vanuit de doelgroep adviseren.

De Clënten- en Deelnemersraad en JMW hebben onderlinge afspraken gemaakt over de medezeggenschap en inspraak van cliënten via de CDR.

Voor de CDR is het belangrijk van u, als gebruiker van de diensten van JMW, te horen hoe u over het werk van JMW denkt. Daarom nodigen wij u uit om contact met ons op te nemen. Uw ervaringen, ideeën en suggesties zijn van harte welkom. De CDR is geen klachtencommissie, maar komt wel op voor uw belangen. U kunt mailen naar info@joodswelzijn.nl

Huidige leden: Joost Weijel, Marguerite Berreklouw, Erica Polak, Femke Roos (*voorzitter*) en Nico Peper

Meer op: joodswelzijn.nl/meer-over-jmw/organisatie

Zie ook de introductiefilm van de CDR op: [/www.youtube.com/watch?v=jvTrIpHMvNk](https://www.youtube.com/watch?v=jvTrIpHMvNk)



Telefonisch spreekuur

Onze maatschappelijk werkers zijn te bereiken van maandag t/m vrijdag tussen 9.00 en 13.00 uur op 088 - 165 22 00 of via spreekuur@joodswelzijn.nl.

JMW LOCATIES

Onderstaande locaties zijn alleen op afspraak te bezoeken. Voor contact bel 088 - 165 22 00 of mail naar info@joodswelzijn.nl.

Amsterdam

Van Boshuizenstraat 12
1083 BA Amsterdam
088 - 165 22 00
info@joodswelzijn.nl
joodswelzijn.nl & frejda@joodswelzijn.nl

Arnhem

Mr. E.N. van Kleffenstraat 6
(Station 026)
6842 CV Arnhem

Den Haag

Koninginnegracht 19
(Taurogebouw)
2514 AB Den Haag

Rotterdam

Het Huis van de Wijk
Kipstraat 37
3011 RS Rotterdam

Lev – Informatie- en ontmoetingscentrum

Kastelenstraat 80
1083 DE Amsterdam

Panelgesprek & workshops

Zondag 7 September 2025

DE HELENDE KRACHT VAN KUNST

Ontdek hoe kunst, muziek, en andere creatieve vormen kunnen raken en verbinden.

Op zondag 7 september organiseert JMW in Utrecht een inspirerende middag voor iedereen die nieuwsgierig is naar de kracht van kunst, muziek en andere creatieve vormen.

We gaan in gesprek met een panel van kunstenaars en creatieve therapeuten over hoe kunst ons kan raken en verbinden. Daarna kun je zelf aan de slag in workshops waar je beeldende kunst en muziek op een nieuwe manier beleeft.

Een middag vol creativiteit, ontmoeting en nieuwe inzichten!

14.00 - 17.00 | Utrecht Binnenstad | Deelname kost €15,-.



- Panelgesprek met kunstenaars en creatieve therapeuten die hun professionele en persoonlijke verhalen delen.
- Workshops beeldende kunst en muziek
- Koffie, thee & gezelligheid!



Aanmelden of informatie via
activiteiten@joodswelzijn.nl
of bel naar 088-1652200.

