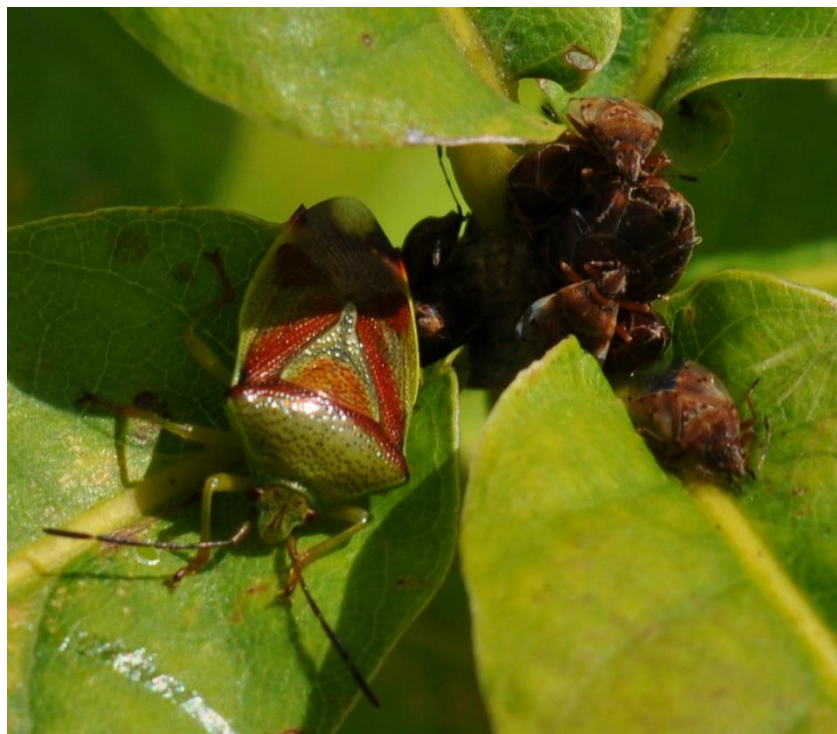


Klimatigen

Oftewel: te veel, te vol, te vuil



PDJ 2022

het elfde

Persoonlijk Duurzaam Jaarverslag 2022

Henk Tetteroo

met medewerking van Henk Frigge

Reacties (tips, kritiek) zijn van harte welkom



Henk Tetteroo


 1,6 ha

Foto - Henk Frigge - oktober 2022



Henk Frigge


 3,7 ha

Foto - Marjan Frigge - oktober 2022

Inhoudsopgave

0. Bij de voorpagina	2
1. Inleiding	3
2. Mondiale voetafdruk (MV)	4
3. Wapenfeiten	5
4. Publiciteit	6
5. Geld	7
6. Eten en drinken	8
7. Water	9
8. Energie: gas en stroom	10
9. Papier	11
10. Glas	13
11. Restafval	13
12. Compost	13
13. Zwerfafval	14
14. Adoptie	15
15. Gezondheid algemeen	15
16. Tabak	16
17. Alcohol	16
18. Persoonlijke gezondheid	16
19. Drugs	17
20. Vuurwerk	17
21. Gokken	18
22. Informatie	18
23. Fiets	18
24. Auto	21
25. Tuinoogst	24
26. Waarnemingen in mijn tuin	25
27. Groot Genoeg	25
28. Lidmaatschappen	26
29. Geschiedenis PDJ	26
30. Strooigoed	26

0. Bij de voorpagina

Berkwerk

De berkenkielwants
met al die kleine wantsjes
zijn geen boomklevers

Haiku – Henk Frigge - december 2023

Foto – Henk Frigge - Een berkenkielwants met kroost - september 2021



De oorspronkelijke foto van de berkenkielwants. Pas bij het maken van de uitsnede die op de voorkant staat, zag de fotograaf de kleine wantsjes. Ze zaten overigens met z'n allen op een hele jonge eik onder een hele grote berk.

1. Inleiding

'We zitten op de snelweg naar een klimaathel met onze voet op het gaspedaal.'

De uitspraak is van Antonio Guterres. Hij is secretaris-generaal van de Verenigde Naties. Bij het begin van de Klimaatconferentie van Sharm-el-Sheikh (7 november 2022) hamerde hij op de acute ernst van de situatie in de wereld.

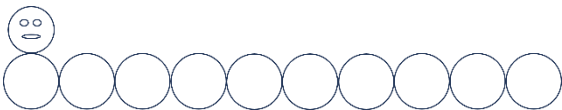
Is het een oubollige uitspraak? Een zouteloos woordgrapje? Ik heb het over: "Te' is nooit goed. Behalve tevreden."

Ik vind van niet. Ik denk juist dat de uitspraak regelrecht relevant is. In mijn nieuwe PDJ zal ik dat duidelijk maken met informatie over een breed spectrum.

Te veel, te vol, te vuil; deze stellingen lopen als een rode draad door mijn PDJ. Het is voor mij een sleutelbenadering.

Hieronder de kernpunten. Een akelig volle doos van Pandora.

1. De wereldbevolking blijft maar groeien. In november 2022 overschreden we de grens van 8 miljard (Bron: VN).



2. Jaar op jaar raken er meer op meer mensen op drift: oorlogsslachtoffers, klimaatvluchtelingen. Er zijn verschillende tellingen; volgens de UNHCR was het aantal vluchtelingen eind 2022 ruim 108 miljoen. Nog

nooit waren het er zoveel.

3. Het wordt almaar moeilijker binnen de grens van 1.5 graad opwarming te blijven. In 2022 was de opwarming al 1,26 graden. Gevolgen: smeltende poolkappen, gletsjers, permafrost en de dreiging van de zeespiegelstijging.



4. De biodiversiteit holt achteruit. Bij voorbeeld: nergens in Europa gaat het zo slecht met de biodiversiteit als in Nederland. In Nederland is nog maar 15% over van de inheemse dier- en plantensoorten die we in 1900 hadden.

5. In verband hiermee: steeds meer pandemieën die elkaar steeds sneller opvolgen (milieuarts Peter van den Hazel).



6. Wereld Overschot Dag valt jaar op jaar vroeger. Dat is de datum in het jaar waarop we met z'n allen de aardse hulpbronnen hebben gebruikt. Daarna begint de rooibouw. Data: 1970: 29 december; 1985: 4 november; 2000: 13 september; 2015: 6 augustus; 2022: 28 juli.

7. Er treden steeds meer weersextremen op (bosbranden, hittegolven, orkanen).

8. En dan zijn er nog: ontbossing, overbeving, plastic soep in de oceanen, afstervende koraalriffen.

2. Mondiale voetafdruk (MV)

Op 14 augustus 2023 heb ik mijn Mondiale Voetafdruk voor 2022 berekend. Ik kwam uit op 2,1 hectare. Ik deed dit met behulp van de webstek:

www.duurzaamheidinactie.nl

Wat dit betreft geldt: minder is meer, elk jaar weer. In 2018 was het 3,4 ha. In 2019: 2,8 ha. In 2020: 2,7 ha. In 2021: 2,3 ha. Ik volgde steeds dezelfde methode.

Geert van Grootveld beargumenteert dat het verantwoord is dat ik nog 0,5 ha aftrek van de genoemde 2,1 ha. Het zwerfafval dat ik elk jaar raap, moet in de berekening betrokken worden, stelt hij. Dit raapwerk maakt nog geen deel uit van de vragenlijst, de 'quickscan', die ik gebruik bij de berekening.

Eigenlijk kom ik dus uit op 1,6 ha.



Driewerf ha ha

Het belangrijkste is, dat de 'quickscan' er is. Maar verbetering is mogelijk.

Nog enkele punten ter verbetering:

2. Iemands watergebruik
3. Het aantal kinderen dat iemand heeft
4. Verkleining van de marges in de berekening bij het gebruik van gas en elektriciteit.

Mijn 2,1 ha is als volgt opgebouwd:

- voedsel: 0,64 ha
- mobiliteit: 0,27 ha
- wonen: 0,84 ha
- energiegebruik: 0,3 ha

De optelsom: 2,05 ha (en geen 2,1 ha). Ra ra?

Ik bepleit hier nogmaals dat het berekenen van je eigen voetafdruk (MV) en vervolgens ernaar gaan handelen veel belangrijker gaan worden in onze maatschappij.

Dat doel kan bereikt worden als de rijksoverheid een wervende campagne gaat voeren die burgers oproept hun MV uit te gaan rekenen - en er vervolgens naar te gaan handelen. Dat zou een enorme vooruitgang betekenen.

In 2021 voerde de rijksoverheid al de campagne 'Iedereen doet wat'. Dat was weliswaar beter dan niets. Maar verder: uitgesproken slap. Immers: onder meer de effecten van vliegen en vlees eten bleven buiten schot.

Het begrip Mondiale Voetafdruk (en verwante termen) dateert al van dertig jaar geleden, van 1992-1993. Het is in 1995 in Nederland geïntroduceerd door milieuorganisatie De Kleine Aarde.

Het was al die tijd een kans-binnen-handbereik om je eigen milieuprestaties te bepalen - en er vervolgens naar te gaan handelen. Dit gold en geldt voor iedereen van goede wil.

We moeten toch vaststellen dat dat in grote lijnen niet gebeurd is. Het begrip is marginaal gebleven.

Maar we moeten aan de slag en stoppen met nakaarten. Vandaag is de eerste dag van de rest van je leven.

Een echte wereldburger heeft
een kleine voetafdruk

Ik heb het hier over mensen die bewust en

gekozen hun manier van leven hebben aangepast (of niet).

Straatarme inwoners van Afrika hebben ook een kleine afdruk maar ze hebben niets te kiezen. Dat geldt, in mindere mate, ook voor minima in Nederland.

Een beter milieu begint bij jezelf. Zeker. Maar veel meer nog begint het bij de diverse overheden. En bij grote, verspillende en vervuilende bedrijven.

Een beter milieu begint bij iedereen

Sommige politici, links of 'links', zetten zich af tegen de leuze 'Een beter milieu begint bij jezelf'. Ik denk aan Jesse Klaver, Lilian Marijnissen, Sigrid Kaag. Ook leidende figuren in de milieubeweging (Andy Palmen van Greenpeace, Donald Pols van Milieudefensie) hebben deze benadering. Net als onder anderen journalist Jaap Tielbeke, schrijver van het boek 'Een beter milieu begint niet bij jezelf'.

In deze insteek moet het initiatief bij de overheid liggen. Die moet leidend zijn, maatregelen treffen. Vervuilende en verspillende sectoren en bedrijven aanpakken. Ik ben het hier roerend mee eens.

Maar we kunnen niemands bijdrage missen. De urgentie is te groot. Het zwaard van Damocles boven ons hoofd hangt aan een zijden draadje. En de wetenschap laat zien dat het draadje steeds meer sleetse plekken vertoont.

Daarom: een beter milieu begint bij iedereen. Gedragsverandering ligt binnen handbereik van velen. Beleidsverandering juist helemaal niet. Een individu kan geen Atlas zijn.

Het is daarbij van groot belang oog en oor te hebben voor ongelijkheid.

- In Nederland. Er zijn in ons land 317.000 miljonairs (1/1/'21, het aantal is voor het zevende jaar op rij toegenomen). Maar er zijn ook 600.000 mensen die moeten zien rond te komen van een minimum-inkomen. De levensverwachting van inwoners van arme wijken is ongeveer zes jaar korter.

- In de wereld. In veel Derde-Wereldlanden hebben mensen een heel lage levensstandaard. Zij zijn het die juist slachtoffer zijn van ons rupsje-nooit-genoege-gedrag.

3. Wapenfeiten

Wat heb ik gepresteerd in 2022?

Een toelichting op het onderstaande volgt steeds in het betreffende hoofdstukje.

1. Het is me weer gelukt: minder water, gas en stroom gebruiken dan vorige jaren.
2. Water: ik had minder dan 50% nodig van wat een Nederlander gemiddeld gebruikt. Dit is een daling.
3. Stroom: ik gebruikte minder dan 36% van wat een eenpersoonshuishouden gemiddeld nodig heeft. Ook hier een afname, zij het een kleine.
4. Gas: ik gebruikte minder dan 39% van wat de bewoner(s) van een tussenwoning gemiddeld nodig

heeft/hebben. Hier is de daling spectaculair.

5. Zwerfafval: met mijn raapresultaten toon ik al 19 jaar de noodzaak aan van statiegeld op blik en plastic flesjes. Ik heb zodoende eraan bijgedragen dat er sinds 1/7/'21 statiegeld zit op plastic flesjes.
Peuken: ik heb bijna 12.000 peuken geraapt.
6. Ik eet uitsluitend vegetarisch en eet en drink bijna alleen biologisch.
7. Ik vlieg niet.

Als ik zeg dat ik niet wil vliegen
– ben ik een vreemde vogel

8. Ik zit weinig in auto's.
9. Ik koop zelden nieuwe kleding en laat kleding en schoenen zo mogelijk herstellen.
10. Ik heb 102 tassen met oudpapier en karton in de recycling gebracht. En 125 enveloppen hergebruikt.
11. Ik heb 11 keer plasma gedoneerd.
12. Door mijn steun aan natuur- en milieuclubs heb ik hun meer armslag gegeven.
13. Door mijn geld onder te brengen bij de ASN-bank en de Triodos-bank heb ik verantwoorde investeringen mogelijk gemaakt. Geld heeft veranderkracht.
14. A4 Midden-Delfland:
 - a. In 2022 heb ik herhaaldelijk in het openbaar het plan van het Rijk om de A4MD te gaan verbreden gekritiseerd.
 - b. Ons werk van decennia in verband met deze weg heeft tot belangrijke en blijvende resultaten geleid die, ook in

2022, aanwijsbaar waren. Ze zijn te vinden in het boek 'Polderen over de A4 in Midden-Delfland'; ondertitel: 'Inpassing en compensatie' (2019)

- c. In de brochure 'Duurzaam boer blijven' kun je lezen dat onder leiding van de gemeente Midden-Delfland compensatiegeld voor de A4 succesvol gebruikt wordt om boeren in M-D duurzamer te laten werken.

4. Publiciteit

----- | -----

1. Op 5 maart wijdde Onno Havermans (Trouw) ruim een pagina (met foto's) aan het werk van Babette Porcelijn en mij. Titel: 'Het duurzaam jaarverslag laat zien hoe groen je echt leeft'
2. 17 april: interview in Het Hele Westland (huis-aan-huisblad), rubriek 'Op de Pijp met' van Esdor van Elten, over onder meer de A4MD.
3. 17 april: filmpje/interview van Mariet Overdiep op TV West (vijf tips om energie te besparen).
4. 6 mei: eerste 'klimaatborrel' van Delft4Global Goals. Ik riep de aanwezigen op om hun eigen voetafdruk uit te rekenen.
5. 4 juni: ingezonden brief in het AD over mijn hooikist.
6. 25 augustus Probus Den Hoorn: lezing over mijn PDJ. 17 aanwezigen. Contactpersoon: Leonie Zweekhorst.
7. 29 september NMP Pijnacker: lezing over mijn PDJ. 18 mensen. Contactpersoon: Sonja Hardenbol.

- Een verslag ervan: in verenigingsblad De Verderkijker, december 2022.
8. 12 oktober: presentatie van het boek 'Koplopers in duurzame innovatie' van Geert van Grootveld. Hierin: artikel in Delftse Post van 3/2/'21 over mijn PDJ 2020.
 9. 25 oktober Rotary Delft: lezing over A4MD en over mijn PDJ. 30 mensen. Contactpersoon: Sjef Kleijweg.
 10. 2 november: vraaggesprek met Frans van Rijnsouw, Radio Delft, over zwerfafval.
 11. 17 november: vraaggesprek met foto in AD over ongewenstheid van verbreding A4MD, Bart Lelieveld.
 12. In de Nieuwsbrief van de Werkgroep Voetafdruk Nederland van december '22 wijdde men een mooi stuk aan mijn PDJ.

Extra opmerking bij 6,7 en 9: ook bij deze drie lezingen hield ik de aanwezigen voor dat het goed is je eigen voetafdruk uit te rekenen.

----- II -----

Ik heb mijn PDJ 2021 (verschenen oktober 2022) aangeboden aan 7 journalisten. Jammer genoeg heeft geen van hen erover geschreven.

Wel kwamen er persoonlijke, uitvoerige en zeer enthousiaste reacties van: Hans Meek (27/11/'22), Wim Voortman (27/11/'22), Jan Juffermans (5/12/'22), Wijbe de Boer (8/12/'22), Jan Wilmer (18/11/'22), Martin Visser (20/12/'22) en Leonard van der Hoeven (12/2/'23).

5. Geld

Met de keuze van je bank kun je invloed uitoefenen. Heb je veranderkracht. Met mijn spaargeld financieren mijn twee banken allerlei duurzame initiatieven. Bij Triodos gaat het om: schone energie, meer biodiversiteit en een duurzamere woningmarkt.

Ik heb rekeningen bij Triodos (sinds augustus 2010) en ASN-bank (sinds augustus 1992).

Ik roep mensen met rekeningen bij ABN AMRO, RABO en ING op om weg te gaan bij deze banken. Ze zijn namelijk vaak betrokken bij dubieuze activiteiten.

De RABO is schuldig aan de ongeremde schaalvergroting in de landbouw. In 2022 investeerde de bank twee miljard euro in pesticiden en kunstmest.

ABN AMRO, RABO en ING hebben ook na het Klimaatakkoord van Parijs (december 2015) ontbossing gefinancierd (bron: Global Witness, artikel in AD, 25/10/'21).

'ING was met 9,1 miljard euro de grootste Nederlandse kredietverlener van de energiesector in de afgelopen drie jaar. 75% van dat krediet ging naar fossiel. ABN AMRO doet het met 71% (1,5 miljard euro) nauwelijks beter' (citaten van de webstek van Eerlijke Bankwijzer, 2020).

Kortom: genoemde drie banken bekostigen de klimaatcrisis. Klanten: wegwezen daar!



Je kan beter een hoekbank hebben, dan een bank op de hoek.

6. Eten en drinken

Ik ben nu al zeker elf jaar vegetariër. De productie van één kilo vlees leidt tot een uitstoot van 11 kilo CO₂. Bij een kilo groente of fruit is de uitstoot één kilo.

Stelling: er is te weinig voorlichting over deze schadelijkheid van vlees. Als er meer eerlijke informatie zou komen, zou dat effect (kunnen) hebben op de vleeseterij.

Veel te veel en te vuil. Overigens: al sinds 2005 is de consumptie van vlees onveranderd hoog: 38 kilo per persoon per jaar. Iedere vleeseter kan zelf kiezen om ermee te stoppen. Vleesvervangers zijn er genoeg.

**Verklein je voetdruk:
stop met vlees en vliegen**

Vis eet ik evenmin. Zo ben ik niet medeverantwoordelijk voor de overbevissing of zelfs het leegvissen van de zeeën.

Ik koop bijna alleen biologische producten. En verder zo mogelijk Nederlandse en van het seizoen om zodoende zo weinig mogelijk voedselkilometers te veroorzaken. Het woord 'voedselkilometer' ontbreekt ten onrechte in Van Dale.

De kaas die ik sinds ongeveer eind 2021 ook koop, van de Delflandse Kaasmeesters, is niet biologisch. Ik koop de kaas omdat deze in Midden-Delfland, dus dichtbij, gemaakt wordt. Bovendien is hij mjam mjam.

Sinds 14 augustus 2018 ben ik lid van

Coöperatie Odin. Ik doe er elke week boodschappen, voor een euro of zestig. Ik heb er een fruitabonnement: een tas met biologisch of biologisch-dynamisch fruit. Zo bied ik telers een afzetmogelijkheid. En ik maak het mezelf gemakkelijker om gevarieerd fruit te eten. Een serieus bezwaar is dat het deels om fruit van ver gaat (bananen, sinaasappelen enzovoort).

De rest van het eten en drinken koop ik bij de PLUS-markt bij mij in de buurt. Ook vaak biologisch; het bio-assortiment van deze supermarkt wordt groter. En als het er niet is: uit Nederland.

In andere winkels en in restaurants vraag ik soms naar bio-bier of -wijn, ook als dat of die niet in het assortiment zit of op de menukaart staat.

En: het is goed om overzeese wijnen te mijden (voedselkilometers). Er is keus genoeg uit Europa.

Wetenschappers Jaap Seidell en Jutka Halberstadt zeggen in het AD (29 juni 2021) dat het voor iedereen makkelijk moet worden om voor gezonder en duurzamer eten te kiezen. 'Obesitas en diabetes zorgen voor minstens zoveel doden als corona.' Seidell: In de Grondwet staat dat de overheid iedereen een gezonde omgeving moet bieden.

Eten weggooien: dat doe ik vrijwel nooit. En overigens: deels doe ik het in de compostbak, deels is het voor de vogels in mijn achtertuin.

Vandaar dat dooie musje verderop!



Volgens een schatting van 'Wageningen University' (AD, 19/12/'19) gaat er in Nederland jaarlijks voor 1,8 miljard kilo de

vuilnisbak in. Dat is een derde van wat er in de keuken komt. Te veel, veel te veel!

ZOUT

85% van de Nederlanders eet meer zout dan de dagelijkse hoeveelheid die nog gezond is voor je nieren. Vrouwen gebruiken gemiddeld 7,4 gram per dag; mannen 9,7 gram. De Gezondheidsraad beveelt aan: 6 gram.

Ik weet niet precies hoeveel zout ik per dag gebruik.

SUIKER

Volgens de WHO mag de geconsumeerde dosis suiker niet hoger zijn dan zes theelepels per dag. Nederlanders consumeren dagelijks gemiddeld 114 gram suiker. Dat is volgens het RIVM veel te veel.

Ik weet niet hoeveel suiker ik per dag binnenkrijg.

7. Water

En onder de groene hemel in de blauwe zon/ Speelt het blikken harmonieorkest in een grote regenton.'

uit: 'Land van Maas en Waal' van Lennaert Nijgh en Boudewijn de Groot

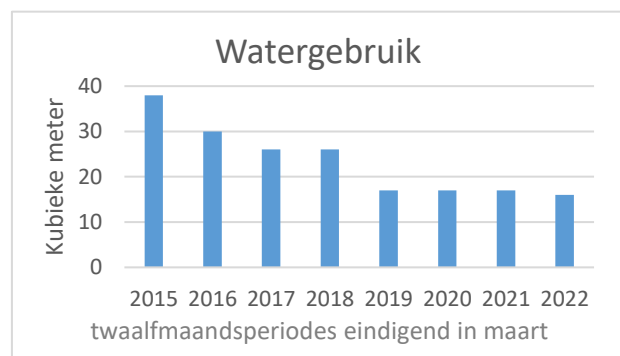
Een Nederlander verbruikt gemiddeld 128 liter water per dag. Laat het tot je doordringen: zet 128 literflessen op een rij en kijk ernaar.

Trouw van 13/9'/22 (Onno Havermans) schrijft dat van die 128 liter 46 liter per dag opgaat aan douchen. Hiermee kun je dus de grootste winst behalen. Wc-

gebruik kost gemiddeld 30 liter per dag.

In hetzelfde artikel pleiten de drinkwaterbedrijven voor waterbewust bouwen waardoor de miljoen nieuwe woningen die Nederland nodig heeft, regenwater kunnen opvangen om te gebruiken voor toilet, was en schoonmaak.

Mijn gebruik in de periode 24 maart 2022 tot 16 maart 2023 was 16 m³. In de vorige twee jaar was dat nog 17 m³. Aldus gebruik ik 43,8 liter water per dag. Dat is dus minder dan 50% van wat een Nederlander gemiddeld gebruikt. In onderstaande staafdiagram vind je mijn gebruik vanaf maart 2014.

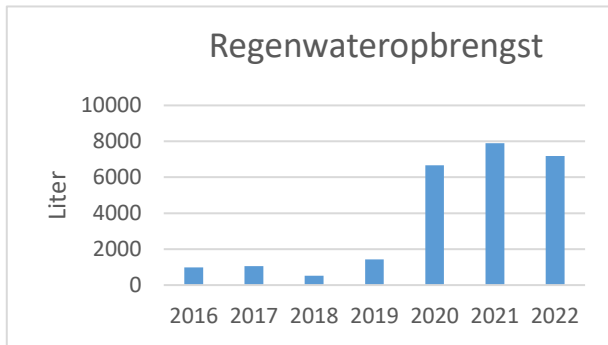


Ik betaalde aan drinkwaterbedrijf Evides 10 euro 77 per maand.

Heel opmerkelijk dat je voor 1000 liter water nog geen euro betaalt. De prijs is extreem laag; er gaat geen enkele prikkel vanuit om zuinig te zijn.

H₂€

Met water uit mijn regentonnen spoel ik de wc door. Ik heb in 2022 in totaal 7180 liter getapt. Dat is minder dan in 2021 maar meer dan in 2020. En ruim meer dan in de jaren ervoor. Zie hiervoor: de staafdiagram.



Maar nu een belangrijke correctie op het bovenstaande. Ik heb tot nu toe verzuimd, ook in mijn vorige PDJ's!, de gebruikte hoeveelheden leidingwater en regenwater bij elkaar op te tellen. Feitelijk heb ik in 2022 $16+7 = 23 \text{ m}^3$ water gebruikt. In 2021 was dat $17+8 = 25 \text{ m}^3$. Wel een grote fout - maar beter laat dan nooit rechtgezet.

Behalve de twee regentonnen die ik al in 2021 had, heb ik nu ook vier speciekuipen (merk: Gripline). Die gebruik ik om extra water op te vangen wanneer het overvloedig regent en mijn twee tonnen al vol zitten.

Regenwater is zacht, schoon en gratis. Het geeft minder of geen kalkaanslag. Het is ook beter voor kamerplanten, beter dan leidingwater.

Met spaarflessen naast de gootsteen bespaar ik per afwasbeurt anderhalve liter water. Dat water is geschikt om er koffie of thee van te zetten of om er de wc mee door te spoelen. Ik heb en hoef geen vaatwasmachine.

Ik douch altijd met een teil aan mijn voeten en ook zo heb ik speelwater. Steeds maar een paar minuten, niet elke dag en zeker niet elke dag twee of drie keer. Door korter te douchen bespaar ik ook gas. Een Nederlander schijnt gemiddeld 9 minuten per dag te douchen.

Ik douch om de dag en uitsluitend met koud water. Wordt die 9 minuten vanzelf minder.



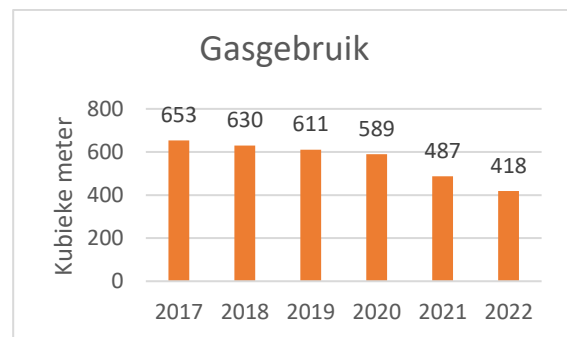
8. Energie: gas en stroom

GAS

Wat gas betreft: mijn gebruik daalt sinds 2017 elk jaar verder. In 2017 was het: 653 m^3 . In 2018: 630 m^3 . In 2019: 611 m^3 . In 2020 589 m^3 .

In 2021 daalde het: 487 m^3 . En in 2022 kwam ik uit op 418 m^3 .

De laatste twee cijfers komen, net als de andere, uit de jaarnota van Eneco van 19/2/'23.



Factoren die een rol spelen bij het steeds lagere gebruik:

1. Met mijn Toon kan ik het nauwkeurig volgen en regelen.
2. Al jaren zet ik mijn hooikist in bij het koken (zie: kader pagina 11).
3. Ik profiteer van nawarmte (zie: kader pagina 11).
4. Op 1 april 2021 heeft het bedrijf Nederland Isoleert in mijn kruipruimte een volume van 39 m^3 gevuld met zogeheten EPSHR++parels.



Henk heeft vast zwijnen in z'n kruipruimte!

5. Op 10 december 2022 heeft Saskia aluminiumfolie aangebracht achter de twee radiatoren in mijn huiskamer.

Bekoring van de eenvoud

1. Hooikist

Mijn hooikist heb ik in 2022 219 keer gebruikt. Als ik uitga van 6 minuten per keer (een terughoudende schatting), betekent dat een besparing van bijna 22 uur gas. Ik zette hem vooral in voor de bereiding van aardappels, macaroni, spaghetti. Ik gebruik mijn kist sinds februari 2010. Ik heb hem nu, tot 1/1/'23, 2506 keer ingezet. Met hetzelfde uitgangspunt-van-zes-minuten houdt dat in dat ik aldus nu 250 uur gas heb bespaard.

2. Nawarmte

Het woord staat niet in Van Dale. Het verdient het opgenomen te worden. Als ik een eitje bak, maak ik gebruik van nawarmte. Ik laat het even bakken en draai dan het gas uit. Meteen een deksel erop en een paar minuten wachten. Zodoende: een paar minuten bespaard en het eitje is er niet minder lekker om.

3. Knijpkat

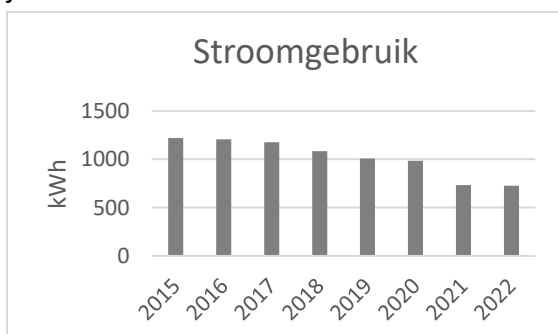
Met een knijpkat kun je zelf licht maken. Simpele handbeweging. Ik heb er een sinds december 2021. Ik gebruik 'm bij het opnemen van de waterstand (meter zit in donkere kast).

STROOM

Voor het zevende jaar op rij is mijn gebruik gedaald.

Hier volgen de jaren en het verbruik.

2015: 1220 kWh; 2016:1207 kWh; 2017: 1177 kWh; 2018:1084 kWh; 2019: 1007 kWh; 2020: 984 kWh; 2021: 773 kWh; 2022: 725 kWh. De cijfers komen uit de jaarnota van Eneco.



De winst zal ik deels behaald hebben door de nieuwe 'koel-/vriescombinatie' die ik sinds 21/1/'21 heb. Mijn oude apparaat had volgens installateur Jeroen de Groot (van het bedrijf Corona in Den Hoorn) een verbruik van 500 kWh per jaar. Het nieuwe: 226 kWh. Dit verschil komt aardig in de buurt van het verschil in het gebruik over de jaren 2020 en 2021.

Als ik thuis ben, branden er alleen lampen in de ruimte waar ik ben. En meestal niet meer dan twee.

Ik heb geen vaatwasmachine en geen wasdroger. Wel: wasrekken en een droogmolen. Lekker fris: je was buiten laten drogen.

De bonte was doe ik op 30 graden, de witte op 40 graden. Bijna altijd: met een volle trommel. Per was gebruik ik slechts 50 gr/ml aan wasmiddel. Op 1 april (jawel) heb ik mijn kruipruimte dus laten isoleren door het bedrijf Nederland Isoleert. De kosten: 1299 euro. Volgens de reclame van het bedrijf kan deze operatie een besparing opleveren van tot wel 200 euro per jaar. We gaan het zien.

9. Papier

Met de abonnementen op twee kranten (AD en Trouw) ben ik wel iemand die veel papier gebruikt. Daarbovenop heb ik nogal wat abonnementen op tijdschriften. Maar het meeste papier gaat de recycling in. Of het krijgt een andere bestemming (tweede lezers). Zo neemt zus Carla maandelijks het Delft-katern mee van het AD om het thuis te lezen.



Ik heb precies 100 tassen met oudpapier en karton in de recycling gebracht.

Tot en met 15 augustus leverde ik aan korfbalclub Fortuna in totaal 71 tassen. Toen stopte daar de inzameling. Daarna bracht ik mijn tassen naar de papiercontainer aan de Latijns-

Amerikalaan (nog geen 100 meter lopen).

Vanaf 2013 heb ik per jaar het volgende aantal tassen geleverd: 101,102, 111, 88, 87, 85, 79, 78 (in 2021).

Totaal dus 831 tassen. De grootte van de tassen liep uiteen en het ging niet om 'shoppers'. Allemaal naar Fortuna.

Sinds 9/1/'16 heb ik een nee/ja-sticker op mijn brievenbus: geen reclame, wel huis-aan-huisbladen. Werkt prima. Ongevraagd reclaimedrukwerk dat ik toch in de bus krijg, stuur ik terug naar de afzender, met een strenge tekst erop.

Ik heb 125 enveloppen hergebruikt. Voor een deel voor verzending van mijn PDJ 2021.

Bij de afwas, die ik met de hand doe, week ik etiketten van fles en pot af.



Ik raap papier van de straat: sigarettenpakjes, kranten, folders (soms een heel pak) en wat dies meer zij. Veel Red

Bull-drinkers laten ook hun 'twopacks' op straat achter: ze hebben immers vleugels gekregen...



Ik ben suppoost bij de Historische Vereniging Oud-Schipluiden, in museum Het Tramstation. Na mijn beurt neem ik de inhoud mee van de oudpapierbak die daar staat.



ik gebruik ecologisch of kringlooppapier. Nooit bedrukt of gekleurd. Ook: ecologisch keukenpapier.

Oude en lezenswaardige nummers van tijdschriften waar ik op geabonneerd ben, leg ik op de leestafel van de Bloedbank voordat ik er plasma ga geven.



Al ruim tien jaar verzamel ik het papier van theezakjes voor buurvrouw Anjo. Saskia doet mee. Anjo maakt er kleine kunstwerken van. De laatste jaren bedankt ze me in stijl, met een kerst- en nieuwjaarswens met vruchten van haar huisvlijt erop. Koffiefilters gebruik ik soms wel vijf keer. Alleen voor mezelf, niet voor gasten.

Die krijgen 't gewoon ongefilterd!



In de supermarkten waar ik kom, laat ik de kassabon meestal niet uitdraaien. Scheelt al gauw honderd keer per jaar wat papier en inkt. En als ik geld gepind heb, neem ik ook nooit een bon.



Een 'e-reader' is niets voor mij. Ik word onrustig van het kijken op een scherm.

10. Glas

Glasbakken zijn er in Nederland sinds 1978. Toen ze voor het eerst werden geplaatst, waren er stemmen die beweerden dat mensen nooit bereid zouden zijn ze te gaan gebruiken.

Maar in de praktijk werken bijna alle mensen in Nederland wel mee aan glasrecycling zodra je een stevig georganiseerde inzameling hebt. Mijn ervaring is dat ik maar weinig statiegeldflessen in de openbare ruimte vind. Logisch want veel mensen willen wel rapen ook als het om een luttel bedrag gaat. Bewijs: in 2022 vond ik 35 statiegeldflessen. Vergelijk dat met de 7409 blikjes die ik in 2022 raapte.

Alleen drinkebroers, zuipschuiten en zatladders laten hun heupflacons en zo soms achter in struik en berm.

Weggooglas laat ik zo mogelijk aan scherven vallen (flessenhals en open potrand naar beneden door de opening) om zodoende meer van de capaciteit van de bak te benutten. En ik heb de gewoonte om bij de bak scherven te rapen die sloddervossen achterlaten. Gaat in één moeite door.

Tip : draai potdeksel of flesdop eraf voor je het glas in de bak doet.
Het lijkt al met al heel redelijk te gaan met de glasrecycling.

Maar Youri Schoenmaker van supermarkt Pieter Pot stelt in Trouw van 16 april 2022 dat het nog veel beter kan. Drie zinnen uit zijn betoog: 'Laat Nederland een voorbeeld nemen aan landen als Duitsland, IJsland en Zweden waar het

statiegeldsysteem al een stuk verder is dan in Nederland (...) Een beter systeem met statiegeld op alle glazen verpakkingen kan een belangrijke bijdrage leveren aan een klimaatneutraal Nederland. Maar zonder steviger initiatief vanuit de overheid komt zo'n systeem niet van de grond.'

11. Restafval



Sinds mei 2017 heb ik van Avalex een grijze container van 140 liter – terwijl al mijn burens een  exemplaar hebben van 240 liter. De bak is uitsluitend voor plastic afval. Een nog veel kleinere zou voor mij ook al volstaan.

12. Compost

Compost is eigen grond. Hoe mooi!

Ik heb ik 2022 9 volle deksels (van mijn compostbak) in voor- en achtertuin gestort. Zodoende heb ik de grond hier verder verrijkt.

Sinds ik ermee begon, in 2011, zijn het er: 153.

Composteren geeft me een intense voldoening. Het is heel makkelijk. Geen vlees (ik ben toch al vegetariër), geen takken, geen gekookt voedsel en geen brood in de bak doen. Verder: allerlei organisch afval is geschikt. Wel in de gaten houden dat de bakinhoud niet te nat wordt. En: niet te droog; in dat geval: soms wat flessen water erin kieperen. Variatie in de inworp: ook een goed idee. En ik heb gelezen dat het spul sneller

composteert als je het eerst klein maakt.

Ik heb een VAM-junior, een kegelvormig donkergroen vat met een afneembare deksel.

Nog steeds heel ongewoon: als ik me heb laten knippen, vraag ik het haar mee. Mijn kapper kent geen andere klant die dat doet. In de lente, als het windstil is, leg ik het spul hoog en goed zichtbaar in mijn tuin. 't Wordt dan opgepikt door nestelende vogels. In andere seizoenen gaat het in de bak.

Op 17 maart heb ik mijn dakgoten laten leeghalen. De oogst in voor- en achtertuin gegoid.

Na snoeiwerk laat ik het groen soms ter plekke liggen. Komt ten goede aan de grond. Wel dikke lagen vermijden.

Op 22 juni gaf ik bij Sanquin mijn jubileumdonatie: het was de 250ste keer. Ik kreeg onder meer een joekelboeket.

Toen de bloemen verwelkt waren, heb ik ze in mijn achtertuin gelegd.



Onder potten buiten en in verstopt zittende afvoergaten kun je wormen vinden. Goed om in mijn c-bak te doen. Kunnen ze aan het werk.

De 'tiny houses' aan de Vulcanusweg in Delft hebben een composttoilet. Interessant. Nog geen tijd gemaakt er eens te gaan kijken.

Composteren kun je leren

Vraag: composteren ze, de pitten van kers, pruim, mango, avocado, nectarine, olijf?

13. Zwerfafval

Ik drink nooit uit blik of plastic fles.

In 1991 nam de Tweede Kamer een motie aan van het lid Lansink (CDA). Hij stelde daarin voor dat er statiegeld geheven zou worden op blikjes en plastic flesjes. De motie is niet uitgevoerd.

Pas dertig jaar later, in juli 2021, ging de statiegeldregeling in voor plastic flesjes. Onmiddellijk daalde de hoeveelheid die ik op straat vond.

Zeker, er zijn sindsdien klachten opgetreden. Zo zijn er lang niet genoeg inzamelpunten. En het bedrag van 15 eurocent is duidelijk te laag: 25 of 50 eurocent zou veel effectiever zijn. Maar het is klip en klaar dat een dergelijk systeem werkt. De meeste mensen zijn heus bereid hieraan mee te werken. Hun moet alleen een eenvoudig en duidelijk systeem geboden worden.

De landelijke politiek was hiervoor eerstverantwoordelijk. Maar men heeft het drie decennia lang op zijn beloop gelaten. Het bedrijfsleven heeft in deze periode niets gedaan om het probleem op te lossen. En een deel van de bevolking was en is onverschillig en liet en laat zijn rommel in de openbare ruimte achter. Ongeïnteresseerdheid alom!

Van plastic is het wel bekend dat het heel lang duurt voordat het vergaan is. Iets soortgelijks geldt voor aluminium, het materiaal waar de meeste blikjes van gemaakt zijn.

Ik raapte in 2022 7409 blikjes. Dus ruim 600 per maand. Verder: 961 plastic flesjes, dus 80 per maand. En 36 statiegeldflessen

(van glas), dus drie per maand.

In mijn PDJ 2021 gaf ik het overzicht-per-jaar vanaf 2003 van wat ik raapte aan: blikjes, plastic flessen en statiegeldeenheden.

De voldoening ligt op straat

Alles samen raapte ik sinds 2003 105.047 blikjes, Sinds 2006 36.338 plastic flesjes. En sinds 2007 690 statiegeldeenheden.

Het nu volgende is een weinig bekende mogelijkheid voor afvalrapers. Opletten dus! Geraapt blik breng ik naar Metaalrecycling Ben Jansen in Delft. Dat doe ik sinds augustus 2013. Voor een kilo aluminium ontvang ik 50 cent, voor een kilo ijzer 10 cent. Het geld maak ik over op de rekening van stichting Batavier. (Metaalrecycling Ben Jansen, Lagosweg, Delft).

14. Adoptie

Dichtbij mijn huis heb ik een stukje Delft geadopteerd. Het is een driehoek aan de Latijns-Amerikalaan/Argentiniëstraat, van ongeveer 60 bij 60 bij 60 meter.

Er staan bakken in van afvalverwerker Avalex. Een bak voor oudpapier en karton, een bak voor PMD, een bak voor GFT en twee bakken voor restafval.

Ik raap in de driehoek allerlei afval. Onder meer peuken. Die gaan meteen de restafvalbak in. Verder van alles en nog wat wat mensen op straat laten vallen. Het woord 'weggooien' klinkt veel te actief.

Ergens in 2022 raapte ik er 42 halveliterblikken van Heineken die bewoners in de struiken hadden gedonderstraald (het woord past bij de mentaliteit).

Heineken-blikjes zijn niet groen

Dingen die mensen naast de bakken hebben geplaatst of gepleurd, doe ik, zo mogelijk, alsnog in de bakken. Soms door ze eerst te vouwen of anderszins klein te maken.

In de herfst schuif ik afvoerputten in de stoeprand met de voet bladvrij opdat regenwater sneller weg kan. Dit blad doe ik soms deels in mijn compostbak.

Adopteren van stukjes openbare ruimte kan op allerlei manieren. In Den Haag b.v. zijn er burgers die zich over openbare afvalbakken in hun buurt ontfermen. In Schiedam, Rotterdam en Amsterdam kan dit via de gemeente. Je kunt geveltuintjes maken. Boomspiegels verzorgen. Tegelwippen. Vele mogelijkheden dus.

15. Gezondheid algemeen

In 2018 sloot toenmalig staatssecretaris Blokhuis het Nationaal Preventieakkoord. Dit was erop gericht mensen gezonder te laten worden door een andere manier van leven: meer lichaamsbeweging, stoppen met roken en overmatig alcoholgebruik.

Drie jaar later (17 september 2021) stelt de WRR in een evaluatie dat het op deze punten niet opschiet. Het deel van de bevolking dat last heeft van overgewicht, is niet verminderd. Het aantal rokers en overmatige drinkers is vrijwel niet gedaald.

In de coronacrisis bleek het belang van

een gezonde levensstijl: patiënten met overgewicht belandden vaker op de intensive care.

I.c.-arts Van de Visse (Dijklander Ziekenhuis, Hoorn en Purmerend) vindt dat het kabinet moet ingrijpen: 'De industrie heeft er veel belang bij ons producten te verkopen met te veel vet, suiker en zout (Trouw, 17/9/'21). Jurist Martin Geurts stelt (Trouw, 14/8/'21): 'Het individu is zeker niet alleen verantwoordelijk voor zijn voedselinname. De staat moet de voedselindustrie buitenspel zetten en de volksgezondheid het zwaarst laten wegen.'

16. Tabak

Asgrauw staat een buurvrouw zich naar haar graf toe te roken. Ik schrik me wild van haar naargeestig geworden uiterlijk; ik had haar eerst niet gezien, ontdek haar in haar achtertuin.

Te veel en te vuil

Dat is zeker van toepassing op het roken van tabak. Rokers krijgen veel meer teer, nicotine en koolmonoxide binnen dan tot nog toe door fabrikanten werd beweerd. Ik stel dat je tabaksfabrikanten daarom 'crimineel' moet noemen.

Dat blijkt uit wat er bij de sjoemelsigaret aan de hand is. In het filter van filtersigaretten zitten kleine gaatjes. Daardoor zuigen rookmachines ook zuurstof mee naar binnen als ze 'inhaleren' en zo worden dus minder schadelijke stoffen gemeten. Maar gewone rokers houden met hun vingers de gaatjes dicht en krijgen daardoor meer schadelijke stoffen binnen. Deze fout in de meetmethode is al langer bekend maar er werd tot nu toe niet op gehandhaafd.

Ik heb nog nooit gerookt en zal het ook nooit doen.

Anno 2022 rookt één op de vijf volwassenen.

Tabaksgebruik is legaal maar wordt, gelukkig, door de regering ontmoedigd door prijsbeleid. En door de actie Nix 18.

Peuken: de gore geur, de walgelijke walm.

17. Alcohol

Te veel en te vuil (is: ongezond)

Ongeveer 1,5 miljoen mensen in Nederland drinken overmatig of zwaar. Overmatig: dat is minstens 14 (vrouwen) of 21 (mannen) glazen per week.

De norm van de Gezondheidsraad: drink geen alcohol en anders maximaal één glas per dag.

Een derde van al het geweld in Nederland is naar schatting alcoholgerelateerd (Han van der Maas, hoogleraar psychologie).

Alcoholgebruik is legaal.

Ik drink, het advies van de Gezondheidsraad indachtig, maximaal één glas per dag. Meestal witte wijn, soms een biertje (beide: bij voorkeur bio).

18. Persoonlijke gezondheid

1. Mijn gewicht was op 8/1/'22: 86,5 kg. en op 27/12/'22 91,0 kg.

Ik heb mijn BMI niet berekend. Het lukte me niet het gewicht van begin januari vast te houden. Jammer.

2. Sinds maart 2021 oefen ik één keer per week in de fysiotherapiepraktijk van dochter Marjolein. Ik heb 7 oefeningen overgenomen die ik vaak thuis doe; niet

elke dag allemaal. Het is een mogelijkheid die in principe voor velen binnen handbereik is. Ik heb er veel profijt van. Een duur sportschoolabonnement is helemaal niet nodig.

3. Ik heb geen corona gehad. Ik ben een dag ziek geweest (was dat wel corona?) maar was weer snel hersteld.
4. Ik heb verder geen medicijnen hoeven gebruiken.
5. In 2022 heb ik elf keer plasma gedoneerd. Data: 14/1, 4/2, 23/3, 11/5, 1/6, 22/6, 13/7, 17/8, 14/9, 22/11 en 20/12. Bij mijn 250^{ste} donatie, op 22/6, kreeg ik een grote bos bloemen en een legpuzzel. Ik doneer nu ruim 50 jaar waardoor ik moeilijker te prikken ben en de afname soms eerder stukt. Voor de donatie heb ik altijd een gesprek aan de hand van een ingevulde vragenlijst. En de vingerprik levert een beeld op van mijn pols, mijn hB-gehalte en mijn bloeddruk. Tot eind december 2022 heb ik nu 255 keer gedoneerd.

Doe goed! Geef bloed!

19. Drugs

Ik heb nooit ook maar enige drug, soft of hard, gebruikt.

Er gaat verschrikkelijk veel aandacht van de politie en van de rechterlijke macht naar de bestrijding van drugs. Hoeveel andere problemen van gewone, eerbare mensen blijven daardoor wel niet liggen?! Drugs gijzelen en ontwrichten samenlevingen. Het zijn bijlen aan de wortel.

Het blijkt dat drugsgebruik op muziekfestivals inmiddels zo massaal is dat de politie handhaving maar opgegeven heeft. Er is geen beginnen meer aan. Een erg slechte zaak. Wederom een voorbeeld van: te veel.

Van paddo's ga je zwammen

Onbegrijpelijk dat gebruikers er niet bij stilstaan en/of het niet belangrijk vinden dat zij de drugsmafia geld laten verdienen. Wat een kortzichtigheid.

20. Vuurwerk

Ik heb nog nooit vuurwerk gekocht. En ik heb het nog nooit gebruikt. Ik zal het ook nooit gaan doen. Het feit dat ik met maar één oog kan zien, versterkt mijn afkeer.

Ik ben voorstander van een algeheel knalvuurwerkverbod. Siervuurwerk van de gemeentelijke overheid: prima.

Bij de jaarwisseling 2021-2022 was er, net als bij de vorige jaarwisseling, een vuurwerkverbod. Dit om de druk op ziekenhuizen en handhavers niet nog verder te vergroten. Neem in aanmerking dat de politie voor een verbod van vuurwerk is.

Te veel en te vuil. Bij de jaarwisseling '19-'20 ging er voor 77 miljoen euro de lucht in. En bij de jaarwisseling 2022-2023 werd er een nieuw record (lees: dieptepunt) bereikt. De vuurwerkbranche (Ed Raket en consorten) had een omzet van 110 miljoen euro.

21. Gokken

Ook hier blijf ik op grote afstand.

Hoe is het toch mogelijk dat de politiek besloten heeft het on-line gokken per 1 oktober 2021 te legaliseren? Iedereen met ook maar een greintje verstand had kunnen bedenken dat dit zou leiden tot weer een nieuwe grote groep van verslaafden. Alsof we in Nederland nog niet genoeg verslavingen hebben.

Soms denk ik dat dat gegok ook tot verdomming leidt. Uit een reclame voor gokken (Hommerson casino's): 'Het winnende getal is die van jou.' Dat moet toch echt 'dat' zijn.

Die getal is Haags voor digitaal, Henk.



22. Informatie

Zelf heb ik een tv, een radio, een laptop, een mobiele telefoon een huistelefoon en een energiemeter. Meer niet. Ik verbaas me vaak over de hoeveelheid apparaten die andere mensen in huis hebben. Mijn laptop gebruik ik om te mailen, te googelen, muziek te luisteren en sportwedstrijden te volgen. Meer niet.

Vaak overkomt het me dat ik een verzoek doe, mondeling of via de e-post, en dat er geen reactie volgt. En dat een vraag onbeantwoord blijft. Ik denk dat dat voor een deel komt doordat mensen verdrinken in de overvloed aan informatie.

Te veel informatie oftewel: infobesitas.

Citaat: 'Sinds de opkomst van het internet en de mobiele telefoons worden we overspoeld door informatie. Bij veel

mensen veroorzaakt die informatieovervloed infobesitas, een obsessieve neiging om op zoek te gaan naar nieuwe informatie.

Wie aan infobesitas lijdt, wil constant zijn informatiehonger bevredigen, vanuit de angst iets te missen. Zo iemand kijkt voortdurend zijn mails na, checkt geregeld zijn profiel op verschillende netwerksites en wordt onrustig als zijn gsm geen bereik heeft.' (bron: Ensie).

Online winkelen: ik koop nooit via de computer.

Ik vind het belangrijk zoveel mogelijk dichtbij te kopen. Dat is goed voor die winkels. En ik kan er ook naar terug, mocht er iets aan het product schorten of een reparatie nodig zijn.

Zodoende ben ik ook niet verantwoordelijk voor het gerij en geros van die pakketbusjes.

En hoe dom is de reclame: 'Gratis verzending en retour'.

Als je fysiek koopt, is het gevaar van bedrog ook kleiner. In consumentenprogramma's gaat het vaak om klanten die online bestellen en betalen - en vervolgens niet geleverd krijgen.

23. Fiets

Bij mijn fiets, ik heb een Sparta Marathon, heb ik in 2022 nieuwe fietstassen gekocht en een fietshelm. Gekocht bij Hans Brandt, mijn fietsenmaker. Hij heeft de ketting gesmeerd en gespannen, mijn fietscomputer en mijn achterlicht hersteld en een nieuwe achterband omgelegd.

Het kostte me, alles samen, 164 euro. Dat

is dus ruim 13 euro per maand. Vergelijk dat maar eens met het bedrag dat een automobilist gemiddeld per maand aan zijn/haar auto kwijt is. Al decennia bespaar ik zo maandelijks grote bedragen. Het stelt me in staat andere dingen te doen, verantwoord dan het rijden in een auto.

Volgens het NIBUD liggen de gemiddelde kosten van een eigen auto tussen de 340 en 675 euro per maand (peilmoment juli 2022). Hieronder vallen de vaste en de variabele kosten. Dan heb ik het nog niet eens over de aanschafkosten: die bedragen tot en met mei 2022 gemiddeld 43.000 euro (bron: Google).



Hans Brandt is al meer dan tien jaar een baken van betrouwbaarheid in een verder nogal bedenkelijke buurt (zie ook het hoofdstuk over adoptie). Hij verdient het dat hij goed verdient (bikesnewlife.nl).

En een 'e-bike' dan? Zolang het ook maar enigszins kan, zal ik het zonder zo'n ding blijven doen. Op eigen kracht!



Tijdens de autoloze zondagen, eind 1973, begin 1974.



Hoe komen we van al die auto's af?



Wellicht moeten we een autoloze zondag invoeren.



Herinnering

Achttien jaar lang, tussen 1979 en 1997, fietste ik, weer, geen weer of helemaal geen weer, heen en terug tussen Delft en Zoetermeer. Ik was leraar Nederlands op het Alfrink College aldaar. Vier dagen per week: achttien plus achttien kilometer. Les geven en dan 's avonds werk van leerlingen nakijken en weer lessen voorbereiden. Dat ik dat gekund heb!

Al die tijd was mijn groene Batavus Sprint mijn trouwe tweewieler. Maar in 1997 ging-ie kapot. Ik meen dat het frame brak; ik weet het niet meer precies. In elk geval: niet meer te herstellen.

Ik was er zo verknocht aan dat ik 'm niet weg kon doen. Maar hij stond in de weg in ons schuurtje. En toen kwam Tanny met de lumineuze oplossing: geef 'm aan het Kringloopbedrijf. Want daar leiden ze mensen op tot fietsenmaker. Nou ja, daar kon ik wel mee leven.



Op de foto (1997) in onze achtertuin:

Achter: Annelies (l) en Marjolein (r). Voor: mijn Batavus Sprint

24. Auto

Ik heb geen rijbewijs en het ook nooit gewild.

(Voor wie in taal belang stelt meteen even een zijpad: taalkundigen noemen deze stijfiguur een zeugma. Ander voorbeeld: hij blies hoog van de toren en zijn wangen vol).

Ik blijf me erover verbazen dat mensen in deze tijd zonder schaamte of schuldgevoel auto blijven rijden - ik heb het over al die gevallen dat het vermijdbaar en onnodig is. Maar ik voel me vaak een roepende in een asfaltwoestijn.

Een terugblik. Vanaf 1976 ben ik nauw betrokken geweest bij de besluitvorming m.b.t. de A4 Midden-Delfland (destijds: RW19). Het Rijk is er altijd op uit geweest deze weg aangelegd te krijgen. Maar terwijl men heel machtig is, heel veel mensen en middelen tot zijn beschikking heeft - was men niet in staat dit op een correcte manier te bewerkstelligen. Men greep, zo leert de geschiedenis, naar een heel scala van praktijken waar een fatsoenlijk burger zich voor zou schamen: overval tactiek, salami tactiek, knoeien met afspraken/garanties, dwarsbomen van potentieel kritische onderzoeken.

Had het Ministerie bij andere wegenprojecten ook zo'n volle trukendoos? Weet ik niet: ik was er niet bij betrokken.

Wel is het een feit dat het Rijk de groei van de wegcapaciteit en het wagenpark altijd heeft bevorderd. Remmende maatregelen (spitsheffing, rekeningrijden) werden keer op keer op keer tegengewerkt. Alternatieven stiefmoederlijk behandeld. Politieke onwil van decennia.

1. En zo zijn er inmiddels bijna 9 miljoen personenauto's in Nederland op dik 8 miljoen huishoudens.

Reactie: de politiek blijkt niet in staat dit proces matigend en sturend te beïnvloeden.

2. In 2022 zijn er 312.129 nieuwe auto's verkocht. 46% daarvan (144.064) waren SUV's. SUV's zijn egoïstenauto's. Het International Energy Agency (IAE) stelt (Remco Slump, Autovisie, 1/3/'23): 'Alle SUV's samen stootten in 2022 bijna 1 miljard CO₂ uit. (...) Er rijden er ongeveer 330 miljoen rond op de aarde. Ze zijn over het algemeen groter en zwaarder dan 'normale' auto's en verbruiken gemiddeld 20% meer brandstof.' Weliswaar is 1 op de 6 nieuwe SUV's volledig elektrisch. Maar ze hebben grotere accu's nodig en leggen dus een grotere druk op de batterijproductie en de aanvoer van grondstoffen.'

Reactie: de politiek blijkt niet in staat dit proces matigend te beïnvloeden. Het vormt geen onderwerp van debat.

A car is a cancer

Ik heb er een heftige hekel aan, aan die SUV's. Hoe kunnen we ze ook gaan noemen? Ik kies voor: bullebakken.

Andere mogelijkheden:

asobakken

PC Hooft-tractoren

bokitobakken

brulapen.

Etterbakken!



3. Bij mij in de omgeving (Delft, Zuid-Holland) vinden er doodleuk

reusachtige uitbreidingen van de wegcapaciteit plaats. Ik noem de aanleg van de A13/A16, ten noorden van Rotterdam, met grootschalige landschapsverwoesting; de bouw van de Blankenburgtunnel, een enorme aanslag op een zuidelijk deel van Midden-Delfland; de verbreding van de N223, de provinciale weg tussen Westerlee en Den Hoorn, met ter hoogte van 't Woudt massale kap van bomen en struiken; ten slotte: het plan tot verbreding van de A4 in onder meer Midden-Delfland.

Dit proces verloopt sluipenderwijs. Ik heb de indruk dat niemand de samenhang ziet, de schokkende optelsom maakt.

Reactie: het vormt geen onderwerp van politieke debatten. Ik ken geen journalisten die erover schrijven. En de milieubeweging heeft te veel hooi op de vork en daardoor hoogstens oog voor onderdelen van de ontwikkeling.

4. Het Ministerie van Infrastructuur en Waterstaat negeert bij de uitbreiding van al dat asfalt volkomen dat er een reusachtig klimaatprobleem op ons afkomt. In de argumentatie van het Ministerie speelt 'klimaat' geen enkele rol. Dit toonden wij, stichting Batavier, aan in onze zienswijze van mei 2020. We dienden deze in in de procedure die zou moeten leiden tot de verbreding van de A4 in onder meer Midden -

Geloof niet wat er staat
de tekst is van Rijkswaterstaat

Delfland.

Reactie: een bizarre vaststelling - maar wie maakt zich er druk over? Hallo! Ben ik in beeld?

Hieronder: vier kerngegevens van de autocultuur waarin we leven.

1. De helft van alle autoritten in Nederland is korter dan 7,5 kilometer, een derde korter dan 5 kilometer. (bron: Ministerie van I&W)
2. De gemiddelde bezettingsgraad van een personenauto is 1,41. (bron: Google). Hyper-individualisme.
3. Een auto staat gemiddeld 95% van de tijd geparkeerd en ruimte in beslag te nemen (bron: Google).
4. Een kwart van de huishoudens heeft geen auto.

Kanttekeningen:

Bij 1: Kan beter. Met de fiets of de benenwagen. Een kind kan de voordelen zien.

Bij 2: Kan beter. Maar overheden voeren amper beleid om autodelen te bevorderen.

Bij 3: Kan beter. Op de plek van de geparkeerde auto kunnen fietsen gestald worden en/of struiken en bomen groeien. Er kunnen kinderen spelen en burens babbelen. De straat is van de mensen, niet van de auto's. Parkeerplaatsen zijn bijna dode ruimte. In de steden heb je nu hittestress.

Het dossier van Max V.

Verdachte MV: een topvervuiler. Max herrie, max verspilling en max vervuiling.

Verdachte MV is een grote belastingontwijker. Hij strijkt 40 miljoen euro per jaar op. In plaats van daar ordentelijk belasting over af te dragen in Nederland - is meneer naar Monaco gevlucht.

Verdachte MV maakt reclame voor een ongezond product. Er is geen belachelijker reclame dan die voor het goedje van zijn geldschieter. Krijg je vleugels van de 'energy'? Nou, veel drinkers van het spul worden er juist lui/laks/lamlendig van, getuige het feit dat de meeste blikjes die in de openbare ruimte rondslingeren van zijn sponsor komen. Ik kan het weten: ik heb twintig jaar ervaring; ik raap en ik tel.

Kan het gekker? Ondanks dit alles is verdachte MV in 2022 benoemd tot Officier in de Orde van Oranje Nassau. Minister Helder (van de VVD) haalde het in haar hoofd hem daarbij een 'ambassadeur voor Nederland' te noemen. Helder?

Wel belasting ontwijken en het toch aandurven je na weer een overwinning te tooien met de nationale driekleur? Max schaamteloosheid.

MV: misschien wel de prominentste proleet van Nederland.

Al met al. Het onderzoek wijst uit dat verdachte MV een beroerde MV heeft. De rechtbank veroordeelt hem tot deelname aan het NK Tegenwindfietsen op de Oosterscheldedam in Zeeland. Dit wordt verreden op een fiets zonder versnellingen en met terugtraprem. Het gebruik van 'energydrink' is daarbij verboden.

Wat vind jij van Red Bull?

Potstierlijk.



Herinnering van een raper

Rapend in Holland
zie ik blik en papieren
gestaag door een eindig
weiland gaan,
trage ontelbaar
plastic rivieren
richting einder gaan;
en in de veel te kleine
ruimte verdronken
de gore bedrijven
met gif in de hand,
loofbossen, dennen,
geknotte wilgen,
berken en beuken
in een doods verband.
De lucht is er vaag
en de zon wordt onachtzaam
in grijze en smerige
dampen vermoord
en in alle gedachten
wordt de stem van de kater
met zijn te late berouw
gevreesd en gehoord.

Gedicht - Henk Frigge, december 2023 - Vrij naar "Herinnering aan Holland" van Hendrik Marsman, 1936

25. Vliegen

Zij zegt: Ik wil met je naar bed
Hij hoort het niet want er daalt net
gierend een DC9

uit: Zondagmiddag Buitenveldert, 1969, zang Frans Halsema, tekst Michel van der Plas

Ik heb in mijn leven, ik ben nu 72, maar twee keer gevlogen en daar zal het vrijwel zeker bij blijven.

Als ik zou vliegen, zou ik in mijn eentje per kilometer 205 gram CO₂-uitstoot veroorzaken. Een extreme hoeveelheid. Maar als ik loop of fiets, stoot ik 0 gram CO₂ per kilometer uit.

Waarom wordt er in Nederland en daarbuiten zoveel gevlogen? Ik noem twee belangrijke redenen:

1. De prijs is tientallen jaren lang kunstmatig laag gehouden (geen BTW

op kaartjes, geen belasting op kerosine).

2. En fatsoenlijke informatie over de nadelen van al dat gevlieg begint er pas de laatste jaren te komen - en dan alleen nog mondjesmaat.
De rijksoverheid laat het op beide punten volledig afweten.

Geen fatsoenlijke informatie: wat dat betreft geldt hetzelfde voor vlees als voor vliegen.

Hoe onverantwoord goedkoop het ook is, lang niet iedereen kan zich veroorloven om te gaan vliegen. In Nederland is 8% van de mensen verantwoordelijk voor 40% van de vluchten.

In Trouw van 25/4/'23 las ik deze vergelijking: 'Vliegen (...) is als doorroken met longkanker en hopen dat het wel goed komt.' (ingezonden brief van Jennemien van den Esker). Tegen de achtergrond van de klimaatcrisis: een rake vergelijking.

VliegTUIG!

En verder ben ik van mening dat wat vroeger Zestienhoven heette en nu Rotterdam - The Hague Airport, gesloten moet worden. En Lelystad? Niet openen natuurlijk.

25. Tuinoogst

In 2022 heb ik het volgende gekweekt/geoogst:

aardappelen: 1005 gram

tomaten: 338 (kleine tomaten)

paprika's: 7 (samen 525 gram)
wortelen: 95 (totaal: 345 gram)
raapsteel: 34 plantjes
veldsla: 21 plantjes
rucola: 52 plantjes
radijs: 2

druiven: 144 trossen (t/m 30/9)
pruimen: 93 (t/m 29/8)
frambozen: 249 (t/m 20/11)
witte bessen: 3 gram
rode bessen: 170 gram
zwarte bessen: 71 gram

Ongeveer begin april heb ik, samen met Saskia, mijn pruimenboom overdekt met een groot korfbalspandoek (van Annelies). Er werd nachtvorst aangekondigd. Ik wilde de bloesems beschermen. Gelukt.

STROPDAS



In schril contrast met talloze geslaagde zakenmannen en gearriveerde CEO's - heb ik slechts een stropdas in mijn kledingkast liggen. Nogal povertjes dus. Het is er een van de NVWB. Dat staat voor: de Nederlandse Vereniging van Wegenbouwers. Een relatiegeschenk, gekregen op een congres van de club. U begrijpt het vast en zeker: het is een kleinood dat ik koester. Ik ben er groos op: als een ouwe aap met zeven staarten.

26. Waarnemingen in mijn tuin

1. VOGELS

In 2022 in mijn tuin gezien; kauw, ekster en gaai (deze laatste: vier keer); houtduif en Turkse tortel; spreeuw; roodborst; merel; huismus.

Bijzonder:

- a. Gaai, badderend in de waterschotel; merel: idem
- b. Roodborst: zo dichtbij als-ie blijft zitten; het is een hip vogeltje
- c. Turkse tortels die paren; houtduiven die paren
- d. Spreeuwen die broeden in mijn nestkasten
- e. Dode mus (mannetje) die ik in mijn achtertuin vond en daar begroef

Op 30 januari was er de Nationale Tuinvogeltelling. In een half uur telde ik het volgende: kauw: 4; Turkse tortel:1; spreeuw:2; huismus:2 en houtduif:1

In februari heeft zus Carla zes plakvogels aangebracht op mijn achterraam. Effectief: daarna vlogen er geen vogels meer te pletter tegen het glas.

Na de verhuizing van mijn burens Vincent en Maria met kinderen en omdat ik een rij beukjes heb laten planten, komen er vrijwel geen katten meer in mijn tuin. Katten zijn een regelrechte ramp voor tuinvogels. Bind de kat de bel aan!

Ik heb een waterschotel in mijn tuin. Spektakel! om vogels te zien drinken

en te zien fladderen en badden.

2. DAGVLINDERS

Ik heb ze waargenomen tussen 2 mei en 2 september.

Gezien (tussen haakjes het aantal waargenomen): bont zandoogje; atalanta; koolwitje; dagpauwoog (2); gehakelde aurelia (4); blauwtje(1).



Atalanta – Foto: Henk Frigge – augustus 2021

Bijzonder: twee bonte zandoogjes die razend om elkaar heen cirkelen, om tureluurs van te worden (1 juli); twee dagpauwogen naast elkaar op mijn vlinderstruik (2 juli).



Vergeet de stropdas niet, Henk!
Is wel een beschermde soort hoor, althans, bij jou thuis.

27. Groot Genoeg

'Groot genoeg' is de naam van mijn geboortehuis. Het ligt aan de Woudseweg, van Den Hoorn naar De Lier. Mijn broer Peter is nu enige jaren de eigenaar en heeft er zijn kantoor.

Ik heb er in 2022 13 keer gewerkt: op 24/1, 25/2, 25/3, 21/4, 6/5, 3/6, 24/6, 8/7, 28/7, 20/8, 21/9, 21/10 en 18/11.

In de loop van 2021 zijn alle bomen en struiken langs de Woudseweg vernield omdat de weg gereconstrueerd moest worden. Zinloos werk waar geen enkel steekhoudend

argument voor aan te voeren is. De weg is nu gedegradeerd tot een kale, ziellose asfaltbaan. Ik vond het heel opvallend dat er bijna niemand was die tegen deze kaalslag protesteerde.

28. Lidmaatschappen

Nog een manier om invloed uit te oefenen, naast de keuze van je banken.

Ik ben betalend lid/sympathisant/donateur van het Wereld Natuur Fonds, Greenpeace, stichting Natuur en milieu, Milieudefensie, Natuurmonumenten, Fietsersbond, Vogelbescherming, ODIN en Urgenda (alle: nationaal of internationaal opererend) en NMP (Pijnacker), BTV (Rotterdam), Agrarische Natuur Vereniging Vockestaert, Natuurlijk Delfland, het Zuid-Hollands Landschap (alle: provinciaal of regionaal werkend).

29. Geschiedenis PDJ

Sinds 2012 maak ik nu een Persoonlijk Duurzaam Jaarverslag.

Vanaf 2013 gaf ik het de titel: 'Liefdewerk oud papier'.

Sinds 2016 verzorgt Henk Frigge de vormgeving.

Mijn PDJ van 2017 heette: 'Minder is meer'.

Dat van 2018: 'Niet tanken maar denken'.

In 2019 droeg het de titel: 'Zuinig is zinnig'.

In 2020: 'Een beter milieu begint bij iedereen'.

De titel in 2021 was: 'Ecologisch presteren'.

Vanaf december 2023 zijn de PDJ's vanaf 2014 beschikbaar in PDF-formaat op degroeneschiedammer.nl (HF).

30. Strooigoed

- Shell levert u: de hel
- Ongeruimd maakt ongeruimd
- Veel mensen staan er niet bij stil – dat ze te weinig bewegen
- Hij spoort niet: hij rijdt auto
- Verveling en vervuiling gaan hand in hand
- Zuinig is zinnig
- Red Bull: smeerbeul
- Pesticiden zijn de pest
- Minder is meer... en meer is minder
- Het zwaard van Damocles – begint aan een zijden draadje te hangen
- Waar een wil is, komt geen weg
- Een schoner strand ligt voor het oprapen
- Zonder dwarsliggers geen spoor



Henk T. te D. (boven) en Henk F. te S. beiden afgebeeld in gevechtstenuw met wapenstok.

COLOFON

Verantwoording en tekst

Henk Tetteroo
Boliviastraat 20
2622 BL Delft
0152620786
h.tetteroo@gmail.com

Opmaak en redactie

Henk Frigge
Munterstraat 11
3123 PN Schiedam
0651621665
frigge.nl
henk@frigge.nl
degroeneschiedammer.nl
henk@degroeneschiedammer.nl

december 2023



Glassnijder vangt klein geaderd witje
Foto van Henk Frigge – mei 2023