



Nieuwsbrief 23 Duurzaamheidsbeweging St. Christoffelparochie

Januari 2025

Beste lezer,

Voor u ligt de meest recente nieuwsbrief duurzaamheid. Een nieuwsbrief vol inspirerende nieuwtjes en interessante weetjes. Alles om onze aarde te koesteren en waar nodig helend werk te doen.

Veel leesplezier namens de duurzaamheidsbeweging

Hanneke van Oosterhout-Kreijtz

Samenvatting:

- 1. Van de redactie: Staat moet zich houden aan eigen stikstofdoelen** De Rechtspraak en Hanneke van Oosterhout-Kreijtz
- 2. 800 jaar Zonnelied, 10 jaar Laudato si**
- 3. Een "Burgerberaad" voor de parochie?** Ineke Muiser
- 4. Recept: Zuurkoolschotel voor Aswoensdag** Hildegard Verbaarschot-Bockweg
- 5. Groene kerkendag 2024 – een verslag** Hildegard Verbaarschot-Bockweg en Ineke Muiser
- 6. Doe je het niet voor het milieu of klimaat, dan toch zeker voor je eigen gezondheid?!** Auteur onbekend
- 7. Energiebespaarscan** Jan Huijmans
- 8. Scheppingswandeling in Krimpen** Pastor Flohr

Lees hieronder meer over deze onderwerpen.

1. Van de redactie: Staat moet zich houden aan eigen stikstofdoelen

Op 22 januari deed de rechter uitspraak in een zaak die Greenpeace had aangespannen tegen de Nederlandse staat. Centraal stond de vraag of de Nederlandse staat kan worden gedwongen zich aan de eigen regels te houden. Verrassing (niet dus): Ja, dat kan zeker. Als wij als burgers ons aan bepaalde regels moeten houden, dan de Nederlandse staat toch zeker ook! Dit is de samenvatting van de uitspraak, zoals weergegeven bij de Rechtspraak:

De Nederlandse Staat handelt onrechtmatig door de verslechtering van de stikstofgevoelige natuur in Natura 2000-gebieden niet tijdig te stoppen en de wettelijke stikstofdoelen voor 2025 niet en voor 2030 zeer waarschijnlijk niet te halen. Dat volgt uit een uitspraak in een bodemprocedure bij de rechtbank Den Haag tussen Greenpeace en de Staat. De rechtbank beveelt de Staat zich aan zijn stikstofdoel voor 2030 te houden, wat betekent dat de Staat 50 procent van de oppervlakte van de stikstofgevoelige natuur uiterlijk op 31 december 2030 onder de grenswaarde moet brengen. Daarbij moet de Staat, anders dan de Staat tot nu gedaan heeft, voorrang geven aan de meest kwetsbare natuur. Haalt de Staat dit doel niet, dan moet de Staat een dwangsom van 10 miljoen euro betalen. De rechtbank oordeelt dat de Staat dit vonnis direct moet uitvoeren, ook in aanloop naar de beslissing in een eventueel hoger beroep.

[Dan volgt er uitleg over wat stikstof is en wat het probleem is met de neerslag daarvan op kwetsbare gebieden. Ten slotte volgt de volgende overweging en uitspraak:]

Ordeel rechtbank

De rechtbank hecht eraan te benadrukken dat het niet aan de rechter is om politieke keuzes voor te schrijven. De rechter dient een terughoudende rol aan te nemen waar het gaat om een afweging van verschillende maatschappelijke belangen die in beginsel door de wetgever moet worden verricht. Het is echter wel aan de rechter om te beoordelen of de regering en het parlement bij hun besluitvorming zijn gebleven binnen de grenzen van het recht waaraan zij zijn gebonden. Die grenzen vloeien onder meer voort uit het Europese recht en uit de wetten die de regering en parlement zelf hebben vastgesteld. Deze opdracht aan de rechter tot het bieden van rechtsbescherming, ook tegen de overheid, is een wezenlijk onderdeel van de democratische rechtsstaat.

Staat handelt onrechtmatig

De rechtbank is met Greenpeace van oordeel dat de Staat onrechtmatig handelt door de verslechtering van de stikstofgevoelige natuur niet te stoppen. Greenpeace heeft voor de verslechtering wetenschappelijk bewijs aangedragen. De rechtbank wijst in dit verband naar de rapporten van Bobbink (2021), Tomassen (2022), elf wetenschappers van de Wageningen Universiteit (2021) en een analyse van de Ecologische Autoriteit (2024). Uit deze rapporten blijkt dat stikstofdepositie in (vrijwel) alle Natura 2000-gebieden een belangrijke oorzaak is van de verslechtering. Dit valt de Staat aan te rekenen, oordeelt de rechtbank. Zo voerde de regering in 2015 de PAS-aanpak in die in strijd is met Europees recht, terwijl van meet af aan bij de Staat bekend was dat de uitvoerbaarheid van deze aanpak onzekerheid met zich meebracht. De Staat draagt de verantwoordelijkheid om ervoor te zorgen dat nationale wet- en regelgeving met Europees recht in overeenstemming is.

De rechtbank oordeelt dat de Staat aan zijn eigen wetgeving kan worden gehouden en dat de wettelijke stikstofdoelen te beschouwen zijn als een absolute ondergrens. Daar kan niet zonder dwingende reden van afgeweken worden. Uit cijfers van het RIVM blijkt dat de maatregelen die onder het vorige kabinet zijn vastgesteld ruim onvoldoende zijn om de wettelijke doelen voor 2025 en 2030 te behalen. Ook de doelen van 2035 zullen met deze maatregelen niet worden behaald, maar daar zijn de vorderingen van Greenpeace niet op gericht. Verder constateert de rechtbank dat het kabinet Schoof tot op heden geen beleid heeft aangekondigd op grond waarvan met enige wetenschappelijke zekerheid kan worden aangenomen dat bij uitvoering daarvan het wettelijk stikstofdoel voor 2030 zal worden behaald. Daar komt bij dat het kabinet Schoof al wel heeft besloten onder meer het Transitiefonds niet voort te zetten, waarmee de financiële ruimte om beleid te voeren dat is gericht op stikstofvermindering, sterk is afgenomen. Dat is een stap terug, terwijl er juist extra maatregelen nodig zijn om de wettelijke stikstofdoelen te halen.

Stikstofdoel 2030

De rechtbank oordeelt dat de Staat zich moet houden aan het in de Omgevingswet opgenomen stikstofdoel van 2030, wat betekent dat 50 procent van de oppervlakte aan stikstofgevoelige natuur in de Natura 2000-

gebieden onder de KDW moet worden gebracht. Daarbij moet, anders dan tot nu is gebeurd, voorrang worden gegeven aan de gebieden die de grootste zorg behoeven en op de Urgente Lijst staan. Dat deze gebieden voorrang moeten krijgen vloeit voort uit de Omgevingswet. De rechtbank moet de wet uitleggen in lijn met de bedoeling van de Europese wetgeving.

Greenpeace stelt dat er een hoger percentage moet worden gehaald mede omdat volgens Greenpeace voor gebieden op de Urgente Lijst een *point of no return* nadert. De rechtbank gaat daar niet in mee omdat deze stelling onvoldoende wetenschappelijk wordt ondersteund. Ook kan de rechtbank niet overzien in hoeverre een toewijzing van een hoger percentage dan in de wet is opgenomen andere zwaarwegende maatschappelijke belangen in te sterke mate of ontoelaatbaar zal schaden, zoals het belang van woningbouw, van energietransitie en belangen van derden. Door een hoger percentage vast te stellen dan in de wet is opgenomen, zou de rechtbank zich teveel op het terrein van de wetgever begeven.

Dwangsom en directe uitvoerbaarheid

In beginsel wordt aan de Staat geen dwangsom opgelegd omdat van de overheid wordt verwacht dat hij rechterlijke uitspraken uitvoert. Dit wordt constitutionele hoffelijkheid genoemd dat mede gegrond is op de veronderstelde goede trouw van de overheid. De rechtbank is echter van oordeel dat in deze zaak bijzondere aanleiding bestaat om de Staat wel een dwangsom op te leggen. De rechtbank wijst hiervoor onder meer op de verwijtbare onrechtmatigheid van het PAS en de genomen maatregelen van de vorige regering die onvoldoende waren om het voor 2025 bepaalde wettelijke stikstofdoel te kunnen behalen. De rechtbank legt de Staat een dwangsom op van 10 miljoen euro als het wettelijke stikstofdoel dat voor 2030 is vastgesteld niet wordt behaald.

Ten slotte oordeelt de rechtbank dat de Staat dit vonnis direct dient uit te voeren vanwege de spoedeisende milieubelangen, ook in aanloop naar de beslissing in een eventueel hoger beroep.

2. 800 jaar Zonnelied, 10 jaar Laudato si

In 2025 vieren we twee jubilea: het Zonnelied van Franciscus van Assisi en de encycliek Laudato Si' van paus Franciscus vieren hun 800^e en 10^e verjaardag.

Vier mee!

We lopen tussen maart en oktober het [Zonneliedpad](#): een pelgrimstocht van Leeuwarden naar Brabant.

Onderweg organiseren we allerlei festiviteiten:

Verwonder je bij een kunstexpositie in Friesland over de schepping.

Kom in de zomer naar de Cantico Concertreeks in het franciscanenklooster in Megen.

Dompel je in Stadsklooster San Damiano onder in een groene mis mét een eigentijds Zonnelied.

Bezin je tijdens de Zonneliedretraite in de Huijberg

en kom met de Stoutenburglezing dicht bij het Zonnelied.

Schrijf je in voor de activiteiten en loop zoveel etappes van de pelgrimstocht mee als je wilt. Samen maken we er een bijzonder jubileumjaar van.

[Bekijk alles op www.zonnelied-laudatosi.nl](http://www.zonnelied-laudatosi.nl)

Loop, vier en help mee!

In de geest van Laudato Si' hebben we iedereen nodig. Alle leeftijden, geloven, politieke kleuren, etc. Samen geven we vorm aan verbinding, geloof en samenleven.

Jij kunt op verschillende manieren meevieren met het jubileumjaar:

Wandel één of meerdere etappes mee op het Zonneliëpad. [Daarvoor kun je hier inschrijven.](#)

Stel je tuin/huis/kerk open als rustpunt voor de pelgrims onderweg. Bekijk hiervoor de route in de oranje kolom.

Heet de pelgrims welkom op het eindpunt van een etappe. Dit kan variëren van een kop koffie tot een viering in de lokale kerk, en alles ertussenin. Dit wordt zeer gewaardeerd! Sta je hiervoor open, [laat het dan z.s.m. weten.](#)

Organiseer een uitvoering, lezing of tentoonstelling over Laudato Si' of het Zonnelië in jouw eigen woonplaats. [Hier geven wij graag aandacht aan.](#)

Heb je een prachtige versie van het Zonnelië of een mooi verhaal in de geest van Laudato Si', deel deze met ons, zodat we ze kunnen verspreiden.

Breng mensen in je eigen omgeving in contact met het Zonnelië of Laudato Si'. Laat het horen, praat erover en deel jouw ervaringen online.

Deel je idee met de Franciscaanse Beweging en de Laudato Si' Alliantie!

3. Een "Burgerberaad" voor de parochie?

We kunnen er niet om heen: ondanks alle aandacht die gaat naar de huidige politieke problemen, zien we ook steeds meer natuurrampen. Ik hoef ze u niet op te noemen. OK één punt:

In Trouw (11-01-2025) werd bericht dat de aarde het afgelopen jaar 1,6 graad is opgewarmd. Bent u daar ook van geschrokken?

En juist nu, 10 jaar na het verschijnen van de encyclopedie Laudato Si, is de aandacht van onze regeringen hier minder op gericht dan ooit. Met als duidelijkste voorbeeld president Trump gesteund door vele christenen, die de V.S. terugtrekt uit het wereld-klimaatoverleg. Maar ook in Europa, en zeker in ons land is de aandacht van de overheid tanende, en lijkt de belangstelling vooral te bestaan uit nietszeggende woorden.

Toch is er al veel ten goede gekeerd.

Er is praktisch geen bedrijf, dat vergroenen van de onderneming niet in zijn bedrijfsvoering heeft opgenomen. Al is hierbij ook vaak sprake van greenwashing: mooie woorden, weinig anders handelen.

Moderne ondernemingen zien vaak meer toekomst in het ontwerpen van materiaal en werk, dat klimaatbestendig is, dan doorgaan op de oude voet.

Op scholen krijgt het veranderende klimaat alle aandacht. En er zijn ook steeds meer (groene) kerken en moskeeën die hun best doen onze verantwoordelijkheid voor onze planeet alle aandacht en gebed te geven. Vanuit de basis groeit het besef van eigen verantwoordelijkheid. En wordt er naar gehandeld. Al ruim 50% van onze energiegebruik wordt voorzien door zon en wind. In Nederland!

Toch zijn er kennelijk veel mensen, die weinig aandacht geven aan het klimaat, die andere prioriteiten hebben. Deze mensen, vaak ook christenen, hebben gestemd op Trump en stemmen rechts in Europa, in Nederland. Het is belangrijk om juist met hen in gesprek te gaan. Een gesprek, dat openheid en luisteren als belangrijkste kenmerken heeft. Maar ook onze echte christelijke waarden onderstreept en ons rentmeesterschap voor de wereld om ons heen, zoals verwoord door Jezus Christus in het Evangelie.

Met Gods hulp kunnen we, vanuit de basis, onze kinderen en kleinkinderen een goede toekomst geven.

Ineke Muiser

4. Recept:

Zuurkoolschotel voor Aswoensdag (8 pers)

De donkere bonen verwijzen naar het begin van de boetetijd. De rode uien verwijzen naar de liturgische kleur van Aswoensdag

Nodig:

2 kg aardappelen

1 kg zuurkool

400 gram gekookte bonen, zwart of bruin (of black eye bonen)

6 zure appels

75 gr cashew noten

2 rode uien

klontje pl. margarine

scheutje soja-/havermeel, zout en peper

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 180°. Als je de bonen moet koken (eerst een nacht voorweken), doe dat met 1½ liter water. Koken ongeveer 25 tot 45 min. tot ze gaar zijn. Schil de aardappelen en kook ze gaar, voeg melk, boter en zout en peper toe en maak er puree van. Snijd de rode uien in ringen.

Schil de appels en snijd ze in dunne plakjes. Bak de uien, **en** bonen en cashewnoten in de boter. Vul een diepe ovenschaal met onderin de zuurkool, daarbovenop de bonen en cashewnoten en vervolgens de appels en de aardappelpuree bovenop.

Zet de zuurkoolschotel 45 minuten in de oven, zodat er een krokant laagje op komt.

Hildegard Verbaarschot-Bockweg

4. Groene kerkendag – een verslag

Groenekerken-dag 12 oktober 2024

Thema: Omdat de schepping roept om een kerk die zorg draagt

Omdat wij sinds kort Groene Kerk zijn, namen ondergetekenden op 12 oktober deel aan de GroeneKerken-dag in Utrecht. Een goed bezochte (zo'n 200 deelnemers) en goed georganiseerde dag die begon in de Geertekerk in Utrecht met een optreden van de Drominee, een spoken-word voorstelling met rhythmische begeleiding. Daarna volgde een praatje van Carla Dik – Faber, voorzitter en konden we meezingen met de Schrijvers voor gerechtigheid. Ja, er was veel muziek die dag!

Tijdens de workshops die daarna volgden - we kozen ieder voor een andere workshop nl: 'Hoop in de crisis' en 'Groen denken en doen: hoe breng ik mijn kerk in beweging' - , werden we geïnspireerd door de workshopleiders en deelnemers. Er werden praktische ervaringen uitgewisseld, we dachten samen na over de impact van de klimaatcrisis op ons huidige leven en kregen tools om dit met elkaar te bespreken en er praktisch iets aan te doen. Bijvoorbeeld via het boek "Wat je WEL kunt doen" van Alfred Slomp .Ook leerden we geduld te oefenen bij het in beweging brengen van mensen.

Tijdens de lunch konden we kennis nemen van de net ontwikkelde digitale groene toolkit op internet (zie www.groenekerken.nl) en de reizende expositie 'Heel de aarde' van het kunstenaarscollectief 'ArsProDeo' bezoeken.

Ook in de middag weer workshops nl: 'Klimaatvriendelijke keuzes vanzelfsprekend' en "Woorden en beelden over zorg voor de schepping" .In deze laatste workshop werd besproken hoe "iconische beelden"(foto's, pamfletten) en muziek vaak meer kunnen doen om je boodschap te verspreiden, dan vele woorden. Zoals de tekst: "Er is geen Planet B" .Of het boek van biologe Rachel Carson in de 60-tiger jaren (al!): "Silent Spring". Een ander voorbeeld: Trumpaanhangers zijn tegen de klimaatcrisis, maar vóór zorg voor de schepping, want dat staat in de bijbel.

De bijeenkomst werd afgesloten met opnieuw een optreden van de Drominee, waarin hij op een speelse wijze een overzicht gaf van de dag. En mooie liederen van de genoemde muziek en zanggroep.

We kijken terug op een inspirerend samen-zijn, waarbij we veel leerden en bijzondere ontmoetingen hadden.

We hopen het geleerde in de praktijk te kunnen brengen tijdens ons werk voor de Duurzaamheidsbeweging in onze St Caeciliakerk.

Hildegard Verbaarschot-Bockweg

Ineke Muiser

5. Doe je het niet voor het milieu of klimaat, dan toch zeker voor je eigen gezondheid!?

Natuurlijk, groenten en fruit zijn gezond, maar je wist waarschijnlijk niet dat ze zó gezond zijn: wie een hoge bloeddruk heeft en zijn dagelijkse dosis bessen en broccoli flink opschroeft, ziet zijn gezondheid met rasseschreden verbeteren.

De bloeddruk gaat omlaag en de nieren en het hart worden gezonder. Het draait hierbij allemaal om de basen en zuren die ontstaan in het lichaam bij de verwerking van het voedsel dat je binnenkrijgt. Amerikaanse wetenschappers [deden vijf jaar onderzoek](#) en raden nu aan om groenten en fruit centraal te stellen in de behandeling van hoge bloeddruk en niet meteen pillen voor te schrijven.

Een op de vier

Ongeveer een kwart van de Nederlanders heeft een hoge bloeddruk. Het hart pompt bloed in de bloedvaten door zich bij elke hartslag samen te knijpen en dan weer te ontspannen. Dit zorgt voor een bepaalde druk in de vaten: de bloeddruk. De zogenaamde bovendruk (systolische bloeddruk) geeft de druk aan wanneer het hart zich samenknijpt. De onderdruk (diastolische bloeddruk) is de druk wanneer het hart zich ontspant.

De bloeddruk wordt uitgedrukt in millimeters kwik, afgekort tot mmHg. Bij een verhoogde bloeddruk is de bovendruk hoger dan 140 mmHg en de onderdruk hoger dan 90 mmHg. De bloeddruk verandert voortdurend, afhankelijk van bijvoorbeeld emoties en activiteiten. Een aantal metingen op verschillende dagen is daarom vaak nodig om de diagnose hypertensie te kunnen stellen.

Ondanks inspanningen om hoge bloeddruk met medicijnen te behandelen, nemen ziekten die aan hypertensie zijn gerelateerd hand over hand toe. Het gaat hierbij onder andere om chronische nierziekten en ernstige hart- en vaatziekten. Hartziekten zijn de belangrijkste doodsoorzaak bij patiënten met chronische nieraandoeningen.

De kracht van het DASH-dieet

Het DASH-dieet (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) is rijk aan groenten en fruit, verlaagt de bloeddruk en wordt aanbevolen als eerste behandeloptie bij hypertensie. Uit eerdere onderzoeken blijkt dat diëten zoals DASH gelinkt zijn aan een lagere bloeddruk, minder risico op chronische nierziekten en een lagere sterfte door hart- en vaatziekten. Helaas wordt dit dieet in de praktijk nog te weinig voorgeschreven door artsen en gevolgd door patiënten.

Minder zuur, meer gezondheid

Hoofdonderzoeker van de *University of Texas* Donald Wesson benadrukt dat een basenvormend dieet, rijk aan groenten en fruit, goed is voor zowel de nieren als het hart. "Als nefroloog richt mijn zuur-base-laboratorium zich op de manieren waarop de nieren zuur uit het bloed verwijderen en in de urine afscheiden. Onze dierstudies toonden jaren geleden al aan dat langdurige blootstelling aan een zuurvormend dieet, rijk aan dierlijke producten, schade kan aanrichten in de nieren. Terwijl een basenvormend dieet, rijk aan groenten en fruit, juist gezond is voor de nieren. Andere onderzoekers hebben bovendien ook aangetoond dat een dieet met veel groenten en fruit gunstig is voor het hart."

Onderzoeksozpet

In een vijf jaar durende studie werden 153 mensen met hoge bloeddruk zonder diabetes, maar met een hoog gehalte van het eiwit albumine in de urine, in drie groepen verdeeld: patiënten die twee tot vier koppen groenten en fruit per dag toevoegden aan hun normale dieet, patiënten die tweemaal daags natriumbicarbonaat slikten en patiënten die de standaard medische zorg ontvingen, en niks veranderden aan hun dieet (de placebogroep).

De resultaten tonen aan dat zowel groenten en fruit als natriumbicarbonaat de niergezondheid verbeterden. Maar alleen het eten van veel groenten en fruit verlaagde de bloeddruk en verbeterde de biomarkers gelinkt aan hartgezondheid.

Groenten en fruit als basis

Het onderzoeksteam benadrukt dat groenten en fruit de basis moeten vormen van de behandeling van hypertensie. Veel artsen starten vaak met medicijnen en voegen pas dieetadvies toe als de bloeddruk niet goed onder controle te krijgen is met pillen. Uit deze studie blijkt echter dat het juist andersom moet: eerst groenten en fruit en als dat niet helpt medicijnen.

Meer groente en fruit eten helpt dus niet alleen tegen een hoge bloeddruk, maar bevordert ook de gezondheid van hart en bloedvaten en de nieren. En zeg nou zelf: we gaan toch allemaal liever gezonder eten dan dat we elke dag een pilletje moeten slikken?

Auteur onbekend

6. Energiebespaarscan

Op 7 oktober 2024 heeft de gemeente Capelle aan den IJssel een bijeenkomst georganiseerd, getiteld Religie en Duurzaamheid. Deze bijeenkomst was bedoeld voor alle religieuze organisaties in Capelle. Namens de Pauluskerk heb ik daar een PowerPointpresentatie mogen geven over de Pauluskerk als officiële Groene Kerk. Die bijeenkomst heeft voor ons een vervolg gekregen.

De gemeente Capelle heeft voor een aantal kerken de mogelijkheid geboden om een Energiebespaarscan te laten uitvoeren. Dit heeft plaatsgevonden op woensdag 22-01-2025 door de Stichting Energieke Regio. Dit is een adviesbureau, dat zich al jaren bezighoudt met verduurzamen van zakelijk en maatschappelijk vastgoed. De kosten worden door de gemeente Capelle betaald.

Ik ben benieuwd, wat dit voor onze kerk oplevert en wat we daarvan kunnen uitvoeren.

Jan Huijmans

7. Scheppingswandeling in Krimpen

Op **21 maart 2025** zal een scheppingswandeling in of rond Krimpen worden georganiseerd in navolging van wat vanuit de St. Caecilia in Rotterdam-Alexander jarenlang heeft plaatsgevonden. Pastor Flohr hoopt voor dit interkerkelijk initiatief ook de kerken in en rond Lekkerkerk in beweging te krijgen. Het voorjaar leek de Raad van Kerken een betere periode dan tijdens de Klimaatweek.

Pastor Flohr