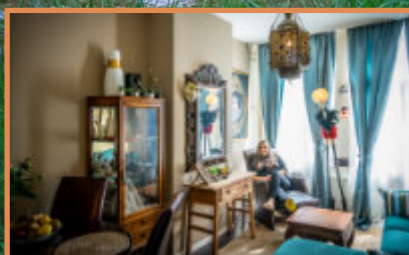


KLEIN WONEN MAGAZINE

Met *tiny house* terug naar essentie

Cathy & Lena
leven bewust



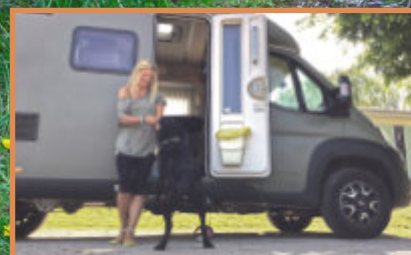
Rariteitenkabinet
in De Pijp

BINNEN BIJ



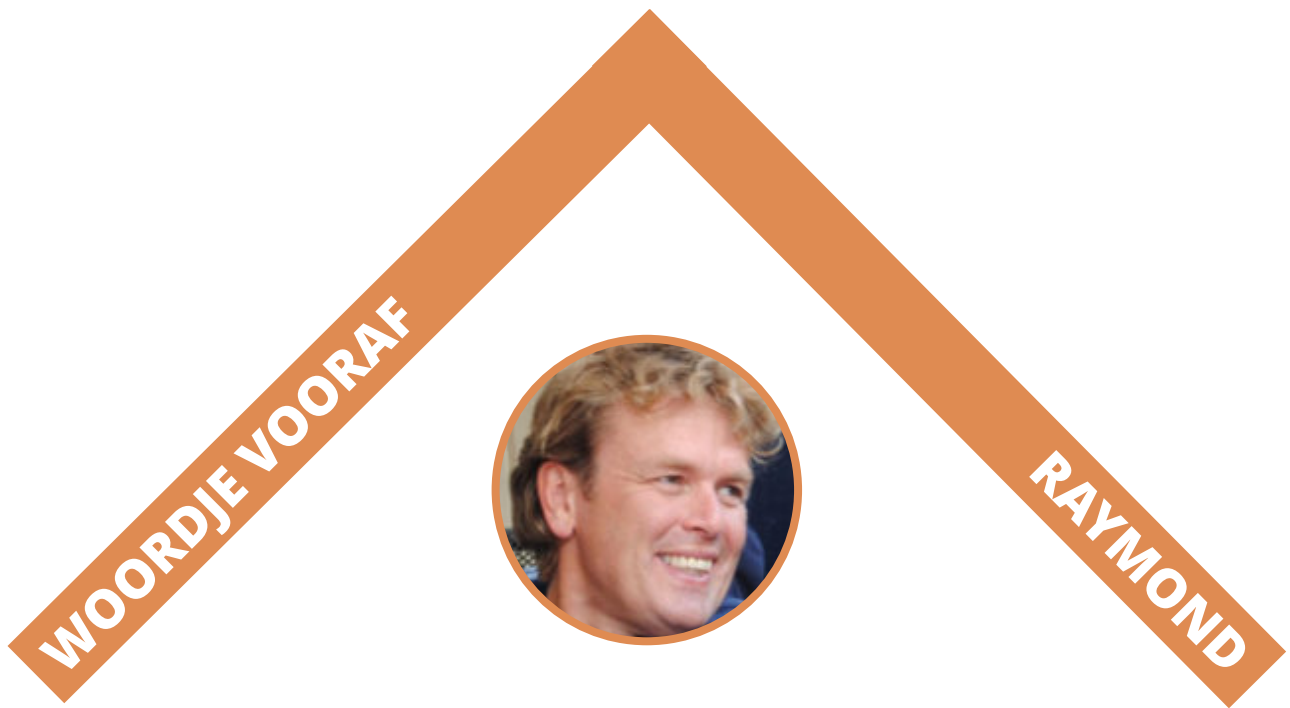
Riant klein wonen
in Thailand

SERIE



Astrid leeft
met de dag

VANLIFE



Prinsjes & prinsesjes

We krijgen steeds meer prinsjes en prinsesjes las ik recent in het nieuws. Een generatie voor wie thuis alles werd geregeld en die van kleins af aan weinig anders te horen heeft gekregen dan hoe geweldig ze wel niet zijn. Ook als hun gekraste tekeningen niet om aan te gluren waren, hun dansjes er als een houterige Klaas of Katrijn uitzagen of hun gezang zeer deed aan je oren. Papa, mama, opa en oma vonden het allemaal even prachtig en de soms gniffelende familieleden, vrienden en kennissen hielden maar wijselijk hun mond. Het levert onze maatschappij meer narcisten op. Mensen die denken dat de wereld om hen draait en nauwelijks gewend zijn om ergens echt de schouders onder te zetten. Eenmaal in de grote boze wereld komen ze van een koude kermis thuis.

Ze willen graag op zichzelf wonen, maar poeh daar komt veel bij kijken! Het valt in deze oververhitte woningmarkt uiteraard niet mee om nog ergens een betaalbare woonplek te krijgen en al helemaal niet voor de prinsjes en prinsesjes die niet anders weten dan dat alles gewoon komt aanwaaien. Dat maakt hen sikkeneurig en vaak reageren ze zich af op sociale media. Ook wij zien ze af en toe voorbij komen in onze FaceBook-groep *Klein Wonen*. Daar delen we regelmatig onze verhalen uit Klein Wonen Magazine en vertellen groepsleden over hun eigen leuke huisje en stekkie. Dit levert altijd wel enkele gefrustreerde reacties op van de koninklijk verweerde garde. Iemands klein wonengeluk wordt dan afgedaan als *onmogelijk voor anderen*, *onbetaalbaar* of *pure mazzel*. Ze vergeten daarbij dat de meeste *tiny house*-bewoners meestal keihard hebben moeten werken om hun droomhuisje en -locatie te verwezenlijken. Jarenlange stroef lopende gesprekken met de gemeente, het inlezen van regelgeving en vaak zelf bouwen.

Gewoon zuinig leven en centjes sparen voor de woondroom kan natuurlijk ook, maar dat is ook iets dat de prinsjes en prinsesjes niet kennen. Zij weten niet beter dan dat naast de zon de meeste andere dingen ook voor niets opgaan. Ook dat merken wij af en toe. Wij begonnen als abonnementenmagazine. Voor 2 euro per nummer kon je Klein Wonen Magazine het eerste anderhalf jaar lezen, maar dat was voor sommigen al een te hoge drempel. Daarom hebben wij besloten ons magazine gratis aan te bieden en ons meer te richten op adverteerders. Maar dat is in de ogen van sommige hoogheden weer vervelend commercieel. Tja, we zullen ermee moeten dealen. Gelukkig zijn de mensen die ons werk om klein wonen een mooi podium te bieden wel op prijs stellen nog steeds in de overgrote meerderheid. Soms krijgen we van hen als waardering een kopje thee gedoneerd via onze donatieknop en af en toe zit er zelfs een koekje of gebakje bij. Dan zijn wij de zeurende prinsjes en prinsesjes snel vergeten en voelen wij ons de koning te rijk!



Hasta La Vista

TINY HOME



Duurzame woon- en zorgoplossing

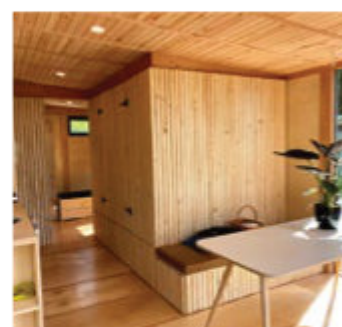
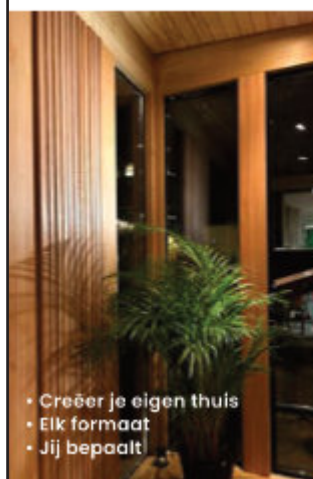
voor opvang
zorgbehoevenden jong en oud
& mensen in transitie

WIJ BIEDEN U

- educatie: regelgeving en anders wonen lifestyle e.a.
- 'je droom tiny huis' ontwerp-traject
- huur-koop, kopen of investeren
- projectbegeleiding ikv (zorg)villages
- algemeen advies en financiering

Cathy Camertijn - Zaakvoerder
connect@hastalavistatinyhome.be
0497 59 33 92
www.hastalavistatinyhome.be

Plan onmiddellijk
een gesprek in online
via de QR-code.



hugo

www.hugahome.nl

- Creëer je eigen thuis
- Elk formaat
- Jij bepaalt!

Kijk op hugahome.nl hoe je samen met
ons je eigen droomplek ontwerpt.

ALLE ADVERTENTIES ZIJN INTERACTIEF. KLIK OP DE ADVERTENTIE VOOR MEER INFO.

Je tiny house ongewoon goed verzekerd.

Zeker over je tiny house

Met de OOM Combinatiepolis kun jij
jouw tiny house verzekeren voor zowel
opstal als inboedel tegen brand, storm,
inbraak, waterschade en vandalisme. Zo
kun je groots genieten van het klein
wonen.

Kijk voor onze verzekeringen op:
www.oomverzekeringen.nl



Lisanne heeft
natuurmomentjes nodig

72

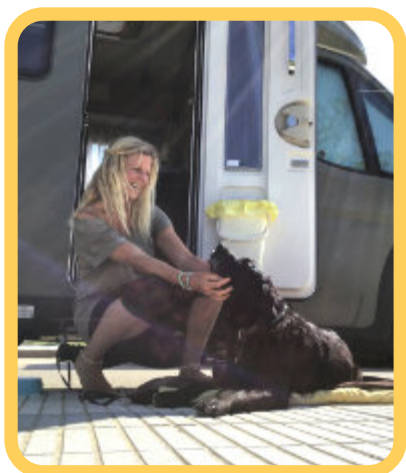
*Tiny
houses
voor
bankslapers*

10

INHOUD

Binnen bij Anne &
Parel in De Pijp

18



Leven met de dag

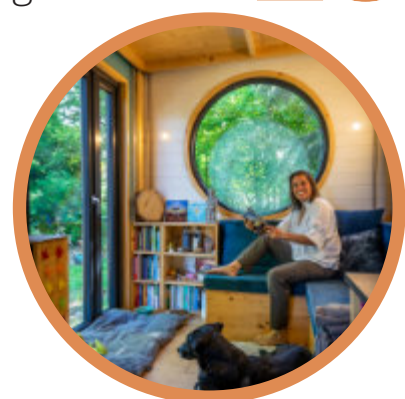
Haar sabbatical werd al snel een permanent *vanlife*. Nu toert **Astrid** met haar hond Tes relaxt door Europa en leeft met de dag. En dat bevalt haar prima!!

61

Terug naar essentie

Cathy Camertijn zat tegen een burn out aan en ging terug naar de essentie in haar *tiny house* in het groen.

28



EN VERDER

KLIK op het paginacijfer om naar de pagina te gaan. KLK op i rechtsonderaan elke pagina om terug te gaan naar Inhoud.

COLOFON en interactie	6
TINY THINGS	7
FOTO Huisje van afvalplastic	8
BLOG Sanne	17
KORT DemoParkNL/Tiny House Event	26
TINY DOCU Starter gaat op schip wonen	27
APPEN met Manon	35
BLOG Tim	37



MARCEL VAN MIERLO Pop-up huisjes	38
SERIE Riant klein wonen in Thailand	41
BLOG Wim Kromwijk	46

ENERGIE Must voor Amerikaanse schoolbus	47
---	----

BOEKEN	51
VOORPROEFJE <i>Small Architecture</i>	55

BLOG Het busleven van Sanne Dodemont	59
JANTINA'S VANLIFE Vind de beste camperplekjes	69

MENGELMOESTUIN Omwending	80
ELKE RABÉ Meer kleinere woningen en welzijn	82
YOUTOPIA Bilow	86
PUUR KOKKERELLEN met Suzanne	87
MEVROUW ONKRUID Citroenmelisse	88



COLOFON

REDACTIE

redactie@kleinwonenmagazine.nl

Hoofdredacteur & Artdirector

Raymond Kool

Redactie-assistent

Margo de Kemp

Medewerkers

Sanne Koenen, Arnoud Klop, Manon Verijdt, Tim van der Meer, Marcel van Mierlo, François la Poutré, Wim Kromwijk, Frank Gorissen, Sanne Dodemont, Jantina Scheltema, Mariëlle Herreveld, Elke Rabé, Suzanne Beekenkamp, Maaïke Pfann.

Fotografie

Ronald Lammers, René Notenbomer, Sanne Koenen, Jürgen Rösner, DemoParkNL, Arnoud Klop, Manon Verijdt, Tim van der Meer, Atelier Workshop, G-pod, Boxabl, Brette Haus, Gerhard Feldbacher, François la Poutré, Who'sthebuss, Undine Pröhl, Robin Falck, Aly van der Mark, Dioniso lab, Sanne Dodemont, Vanlifewiththes.nl, Amelandfoto.nl/Jantina Scheltema, Lianne Dingemans, De Mengelmoestuï, Benjamin Balazs, David Mark, ELG21, Suzanne Beekenkamp, Maaïke Pfann.

TIP DE REDACTIE

tip@kleinwonenmagazine.nl

SALES

adverteren@kleinwonenmagazine.nl

Sales & Marketing

Ronald Lammers

Sales assistent

Carla Hornsveld

DISTRIBUTIE

www.kleinwonenmagazine.nl

ALGEMENE VRAGEN

info@kleinwonenmagazine.nl

WEBSITE

www.kleinwonenmagazine.nl

Klein Wonen Magazine is een uitgave van Tiny Publisher V.O.F.. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag zonder schriftelijke toestemming van de uitgeverij worden overgenomen.

INTERACTIE

Klein Wonen Magazine is als puur digitaal magazine super interactief. Met 1 klik krijg je toegang tot meer informatie, foto's en video's. Klik daarvoor op een van de volgende symbolen in de artikelen.



Speel video



Naar website



360° foto



FB / Album



Download

Klein Wonen

Tekstlink



Naar inhoud

ADVERTENTIES > Alle advertenties zijn interactief. Klik op de advertentie, het webadres of de symbolen.

TINY THINGS

Al deze *tiny things* zijn te koop in onze webshop. **KLIK** op de foto om naar de shop te gaan.



Mini in kleinste kamer

Wie klein woont wil natuurlijk ook het liefst het kleinste kamertje zo klein mogelijk houden. Dat kan perfect met het Separera droogtoilet Mini van Ecosave. Een zeer compact toilet met zelfsluitende kleppen en een bijbehorende wc-bril. Slechts 49 x 39 x 54 cm groot. De urine kan worden afgevoerd via een slang naar de afvoer, maar er kan in het toilet ook een opvangtank van 8 liter worden geplaatst. Een sensor geeft aan wanneer de tank moet worden geleegd. Ideaal!

Duurzaam buitenkleed

Wie van het buitenleven wil genieten heeft graag een kleed bij de hand om lekker op te chillen. Je kleding wordt dan niet zo snel smerig, maar je kleed natuurlijk wel. Bo-Camp heeft een kleed van de kunststof polypropyleen, dat super *easy* schoongemaakt kan worden. In allerlei leuke designs met tas bij om het gemakkelijk mee te nemen. Kunststof klinkt niet duurzaam, maar dat is polypropyleen wel. Het breekt niet af in de natuur en is 100% recyclebaar. Dus heel duurzaam, mits je het niet laat slingeren!



Kleine wasjes, kleine machine

Een wasmachine is niet direct nodig als je klein woont. Er is altijd wel een wasserette in de buurt, maar voor je ondergoed, sokken en t-shirts is een wasmachine thuis toch wel lekker. B-care heeft een superkleine oplossing. Een mini-turbine, die je met zijn sterke zuignappen alleen maar in een (opvouwbaar) emmer of wasbak hoeft te plaatsen. Stekker in het stopcontact en wassen maar! Schakelt na 30 minuten automatisch uit. Kan ook als vaatwasser dienst doen!

Multifunctioneel & compact krukje

Multifunctionaliteit is in je kleine woning natuurlijk nooit weg, vooral als het nog eens compact is ook. En dat is het opvouwbaar krukje van FLOKOO! Ingevouwen slechts 6 cm hoog, maar het kan in verschillende hoogtes tot 45 cm worden uitgeschoven. Super handig als opstapje bij het ramen lappen of het bereiken van een hoog keukenkastje, maar ook als extra zitplaats als er visite komt. Verkrijgbaar in verschillende kleuren en verpakt in een fleurig draagzakje. Dus nog gemakkelijk mee te nemen ook!



Huisje van afvalplastic

Circulair bouwen krijgt terecht de volle aandacht van steeds meer bouwers, maar tegelijkertijd worden veel bouwmaterialen steeds schaarser. Dus waarom geen bouwmaterialen maken van al dat afvalplastic dat het milieu teistert? Bram Peters vond een proces om zwerfafvalplastic om te smelten tot onder meer Lego-achtige bouwblokken en bouwde er zijn eigen huis mee. Hij startte ook zijn eigen bedrijf onder de naam Save Plastics en nu bouwt hij met regionaal gevonden afvalplastic kleine huisjes in Nederland. Afvalplastic is voor hem niet langer een probleem, maar een waardevolle grondstof. De tweede creatie van Save Plastics is het Plastic Beach House, dat momenteel op de Floriade in Almere te zien is. Gemaakt van 7.400 kilo Almeers afval oftewel 5 miljoen boterhamzakjes! Een flinke stapel afvalplastic is hierdoor van de verbrandingsoven gered en het heeft daardoor ook nog eens 7.400 kilo aan CO₂-uitstoot bespaard. Dat is net zoveel als dik 62.000 autokilometers!

**BINNEN
KIJKEN?
GA NAAR ONZE
FACEBOOK-
PAGINA.
KLIC HIER**





TINY KOZIJN
THINKS BIG
IN TINY HOUSES

www.tiny-kozijn.nl
Langeweg 6, 4756 AK Kruisland
T: +31(0)167 53 24 18



TINYHOUSE STORE

- Tiny Houses
- Off-grid oplossingen
- Eco-bouwmaterialen
- Informatie
- En nog veel meer



www.tinyhouse-store.nl



KLEIN WONEN

KLETSEN OVER KLEIN WONEN?

WORD LID VAN ONZE  GROEP

KLEIN WONEN

[KLIK HIER](#)

ALLE ADVERTENTIES ZIJN INTERACTIEF. KLIK OP DE ADVERTENTIE VOOR MEER INFO.



FH FLEXHOME-ONE

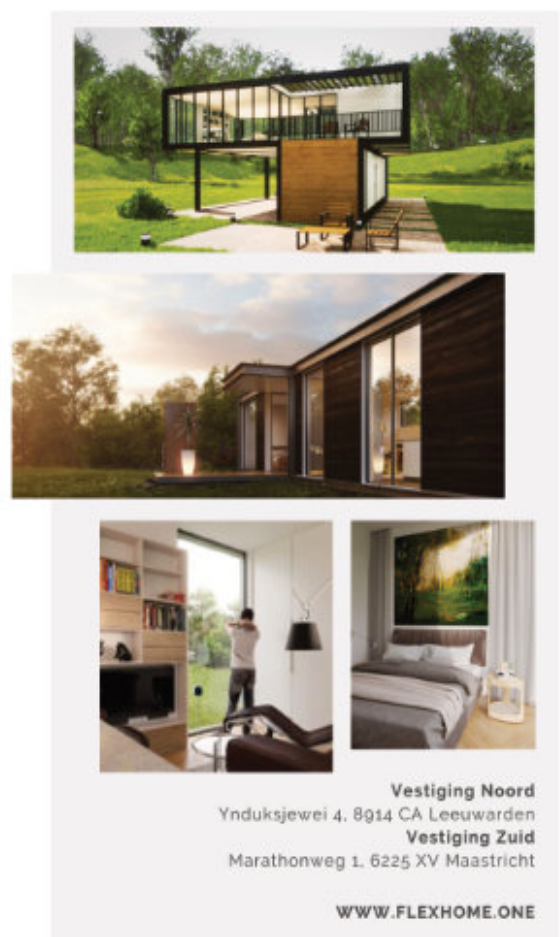
HIGH QUALITY
FUNCTIONAL DESIGN

Flexhome-one ontwikkelt hoogwaardige mobiele woningen.

Onze compacte woningen zijn geschikt als 'tiny house', starterswoning, mantelzorgwoning en voor particuliere woningbouw.

Wilt u meer weten?

Bezoek onze website. [Klik hier](#)

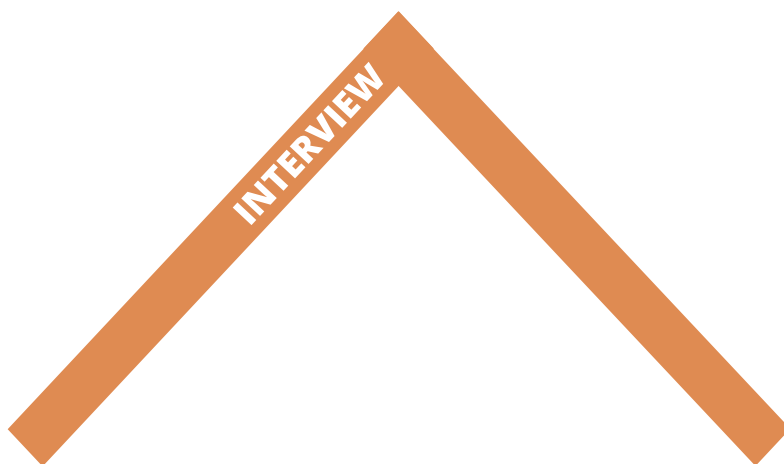


Vestiging Noord
Ynduksjewei 4, 8914 CA Leeuwarden

Vestiging Zuid
Marathonweg 1, 6225 XV Maastricht

WWW.FLEXHOME.ONE

TINY HOUSE **als reddingsboei voor** **BANKSLAPERS**



Bankslapers worden ze genoemd. Mensen die na een scheiding of overlijden van hun partner noodgedwongen bij familie of vrienden verblijven. Ze zijn in de ogen van de overheid niet urgent, dus de situatie is uitzichtloos. Stichting STILA wil dit probleem oplossen door *tiny houses* aan te bieden aan deze onder de radar levende economische thuislozen tegen een sociale huurprijs. In het Almeerse Oosterwold staat inmiddels het eerste My Tiny Home-project met 30 huisjes. Met dank aan een private investeerder.

Van onze correspondent in
OOSTERWOLD



> Het complex van My Tiny Home in vogelvlucht.

Berdien van der Molen woont samen met haar kinderen Lize (7) en Zoë (10) sinds maart van dit jaar in een van de *tiny houses*. Zij ziet het als een lot uit de loterij. „Ja, dit is een mega lot! Ik was de laatste op de lijst dus de kans was erg klein. Ik was al wel verliefd op het project. Wat een plek, wat een mogelijkheden en alles wat ik al wel wilde. Toen ik bericht kreeg dat ik gekozen was, heb ik dagen gedanst, iedereen gebeld en gelijk financiën geregeld bij vrienden en familie. Iedereen was blij, want zij leefden met ons mee en hadden er zelf toch ook wel stress van”, vertelt de 34-jarige klantcontactspecialiste, die na haar scheiding economisch thuisloos werd. „Mijn ex wilde de overwaarde van ons huis en omdat de huizenmarkt zo *booming* is, was die vrij hoog. Ik kon dat niet lenen, waardoor de woning verkocht moest worden.”

De situatie van Berdien is veel voorkomend. Het aantal eenpersoonshuishoudens neemt al jaren fors toe. Scheidingen en het overlijden van een partner zijn hiervan de belangrijkste oorzaken. Het inkomen wordt hierdoor vaak gehalveerd, waardoor zij geen hypotheek kunnen krijgen en geen huurwoning in de vrije sector kunnen betalen. Zij zijn dan ook meestal op zoek naar een sociale huurwoning, maar daarvoor

zijn de wachtlijsten lang en moet je al jaren ingeschreven staan. Ze zoeken hun heil bij familie of vrienden, maar zitten daar vervolgens vast. Met een adres zijn zij voor de overheid zelfredzaam en dus niet urgent. Hun situatie als *bankslaper* valt niet te benijden. Ze vechten vaak tegen een muur van regels, moeten spanningen op hun logeeradres het hoofd bieden en voelen zich in de steek gelaten. Een voedzame bodem voor depressies.

„Met een adres zijn *bankslapers* zelfredzaam en dus niet urgent”

Monique Onvlee weet wat het is. In 2007 wordt de Almeerse economisch thuisloos. Met haar 2 kinderen trekt ze in bij haar moeder en leeft enige tijd tussen wal en schip op zolder. Met een werkgeversverklaring weet zij uiteindelijk een hypotheek te krijgen om naar Lelystad te verhuizen, maar dat is een constructie die

tegenwoordig een stuk lastiger is. Als zij samen met een aantal familieleden de door haar vader achtergelaten Stichting Licht Amusement overneemt, besluiten zij deze organisatie voor podiumkunsten meer te gaan benutten om de armoede in Flevoland tegen te gaan. Met haar eigen ervaring als bankslaper koerst STILA al snel af op het realiseren van betaalbare woningen voor economisch thuislozen. „Dit probleem is ontzettend groot, maar hoe groot is niet aan te tonen. Er zijn geen cijfers te



De tiny houses liggen naast een project gewone woningen in Oosterwold.



© Klein Wonen Magazine/Ronald Lammers

> Projectmanager Monique Onvlee is blij met de realisatie van My Tiny Home.

vinden. Hoe groot het probleem is? Kijk eens in je eigen omgeving. Je kent vast 2 of 3 mensen die in een scheiding liggen en die hun koopwoning moeten verkopen. Neem daarbij de huidige huizenmarkt en dan kun je de ellende wel voorstellen. Flevoland is daarnaast ook nog eens de provincie met het hoogste scheidingspercentage. Iets dat uiteraard flink bijdraagt aan het aantal bankslapers."

Na veel overleg en touwtrekken krijgt STILA een stuk grond toegewezen in Oosterwold voor de bouw van 30 *tiny houses*. „Het enige waar de gemeente haar steun heeft gegeven is bij de overdracht van de kavel. In het begin leek het erop dat dit project helemaal geen toekomst had in Almere Oosterwold. Na vele gesprekken ging de gemeente dan toch akkoord met de aankoop van de grond en de uitwerking van het plan. Financiële steun is er nooit geweest. We hebben ook geen korting gehad op de aankoop van de grond. Zij gaven aan al voldoende te doen voor de *bankslapers* maar dat dit nog niet zichtbaar is omdat zij op lange termijn denken en plannen. Wat moeten al die mensen ondertussen? Wachten tot de weg naar Rome opengaat is voor ons geen optie", aldus

Monique, die met haar stichting een investeerder vond en nu als projectmanager My Tiny Home Flevoland in Oosterwold mede opzet.

Kersverse bewoonster Berdien vindt het jammer dat de overheid weinig wil doen, maar heeft wel begrip. „Helaas kan het ook niet altijd. Lastiger vind ik het

**„Voor mijn gevoel
leven we erg
individualistisch
en dat is jammer”**

feit dat we er allemaal over klagen maar niemand het aanpakt. Als we samenwerken kan er veel meer, daar ben ik van overtuigd. Samenwerken in het grotere geheel met mensen die willen investeren, maar ook mensen die misschien nog stukken land leeg hebben voor mensen die het nodig hebben.

Voor mijn gevoel leven we erg individualistisch en dat is jammer. Dit heeft gevolgen voor alles. Als je allerlei talenten koppelt dan kan er een hele hoop. Ik hoop dat dit project mensen inspireert."

De huurprijs van de *tiny houses* is maximaal de sociale huurgrens, zoals die door de Belastingdienst is vastgesteld. „De investeerder heeft deze afspraak moeten maken voordat de gemeente en wij akkoord gingen met een samenwerking en de grondoverdracht'. Wij als stichting ontvangen ook



> Het interieur van een van de tiny houses.

geen huurinkomsten. Die gaan rechtstreeks naar de investeerder”, vertelt Monique. Het project bestaat uit enkele clusters van geschakelde *tiny houses* met een stalen frame en een van duurzame materialen vervaardigde gevel. STILA krijgt na het openen van de inschrijving een stortvloed aan aanmeldingen. „We hebben al 670 gesprekken gehad, waaruit 30 pioniers zijn gekozen. Deze mensen moesten voldoen aan een bepaalde *mindset*. Dit omdat er nog veel moet gebeuren rond het project. Een groep van specifieke karakters is echt noodzakelijk om het woonproject te laten slagen. Op dit moment staan er nog 110 ingeschrevenen in de wacht. Wat we uiteraard betreuren omdat iedereen woonruimte verdient. Het zijn wel doorstroomwoningen, dus we zullen de bewoners blijven motiveren om op zoek te gaan naar permanente woonruimte. Maar zolang zij aan de voorwaarden van verblijf voldoen, zullen wij ze uiteraard niet op straat zetten.”

De reacties van de meeste bewoners zijn positief. „Er zijn bewoners die nog steeds moeten wennen en die ook nog wat andere problemen af te handelen hebben, maar de meesten zijn al flink enthousiast en zetten hun schouders onder het project om het nog mooier en beter te maken. Het is mooi om te zien hoe iedereen zijn eigen samenwerking vindt en hoe je personen ziet ontpoppen en ideeën tot uitwerking ziet komen. De een met groene vingers, de ander met kennis van social media. Iedereen heeft zo zijn sterke punten en samen maakt dat een groot sterk team van bewoners”, aldus Monique, die graag navolging van deze pilot zou zien in haar provincie, maar het liefst in heel Nederland. „Wij hebben nog niet vernomen van een dergelijk project in een soortgelijk jasje. *Tiny houses*, begeleiding, samenwerking en duurzaamheid. We tikken een hoop boxen aan binnen dit project. Wel zijn er andere projecten zoals De Regenboog in Amsterdam, dat tijdelijk slaapruijme regelt voor bankslapers. Daar kun je een half jaar terecht bij het ene gezin en wissel je daarna af naar een ander gezin. Ook is er een project in Almere Oosterwold waarbij je gezamenlijk in een huis woont met gezamenlijke douches, toiletten, keuken en woonruimte, maar je eigen slaapkamer. Wat wij het belangrijkste vonden is de eigen woonruimte. Dit is dan ook de reden dat wij hebben gekozen voor *tiny houses*. Je eigen woonruimte, klein maar fijn.”

Het project My Tiny Home heeft het hart van Berdien in elk geval gestolen en ze is helemaal in haar nopjes met haar *tiny house*. „Ik vind de woning heel mooi. Ja, het is klein maar wel vol mogelijkheden. Ik vind het fijn dat het huis ervoor zorgt dat je automatisch meer buiten bent en dat je creatief om moet gaan met de ruimte.

En vooral ontspullen! Wauw wat is dat fijn! Alleen voor de kinderen soms ook wel lastig.” Het samen werken aan onder meer de buitenfaciliteiten en de verplichte stadslandbouw op de kavel zorgt al voor veel sociale cohesie tussen de bewoners. Berdien vindt dat fijn. „Dat is nieuw voor mij. Ik kom uit een wijk waarin veel mensen elkaar niet eens kennen. weinig contact en veel thuis. Ik miste die contacten

en nu fiets ik terug van school of werk en er is altijd wel iemand voor een kort praatje. En als je hulp nodig hebt hoeft je het maar te vragen. Ook vind ik het fijn dat er ook andere mensen een oogje in het zeil houden op mijn kinderen en is het leuk om samen te eten en te drinken en verder te praten

over plannen of dromen. Het doel is om door te stromen, maar ik zou hier zeker een langere tijd willen wonen. Het is een prachtige plek en je bent echt iets aan het opbouwen. Tevens wilde ik terug naar de basis en de kinderen leren dat materialen te vervangen zijn, maar dat je door tijd met elkaar door te brengen en samen dingen op te bouwen, echt geluk kan ervaren. Nou, beter dan dit ga je niet zo snel in de buurt vinden.”

„De meeste bewoners zetten hun schouders onder het project”



> De bewoners maakten gezamenlijk al een insectenhotel.

Een lading oplossingen voor zelfstandige energievoorziening.

Uw partner voor mobiele-, off-grid- en energie-opslagsystemen.

Van productkeuze tot volledige systeem engineering.

Productadvies | Systeemadvies | Technisch schema
Systeeminstallatie | Systeemcheck & test | Certificering

Lemsteraak 6 | 2411 NC Bodegraven, NL | NL Tel. 0172 - 820 015
info@stroomwinkel.nl | www.stroomwinkel.nl



 **stroomwinkel**
Victron Verkoop & Service Center



© Sanne Koenen

VOORUITGANG

In onze sociale kring zijn we de enigen die *tiny* wonen. Eerlijk toegevend, we zitten nogal in een bubbel van mensen die gewend zijn dat elke stap vooruit er een naar groter, beter en meer moet zijn. Het lijkt een kijk op vooruitgang ingegeven door gewoonte. Een gewoonte die ons als maatschappij vooruit duwt en heel ver heeft gebracht, maar duwt deze gewoonte ons nu niet langzaam naar de afgrond?

Ik hoorde laatste van een poll die was gehouden met de vraag: *ben je bereid de verwarming 2 graden lager te zetten om bij te dragen aan de oplossing van het klimaatprobleem?* De meerderheid antwoordde met nee. Het stemde me op z'n zachts gezegd treurig. Er wordt niet gevraagd *wil je radicaal veranderen om klimaatverandering tegen te gaan?* Nee, de vraag was *wil je met iets minder genoegen nemen om jouw leefklimaat te behouden?* Het illustreert mijns inziens hoe moeilijk het is voor mensen om terug te gaan naar minder als ze een bepaalde standaard hebben bereikt. Het gevoel ergens recht op te hebben, omdat anderen om je heen het ook hebben, of het gevoel om iets echt nodig te hebben omdat je het eerder ook had, zit er diep in. Het gekke is alleen dat waar je denkt recht op te hebben of wat je denkt nodig te hebben niet vanuit jezelf ontstaat, maar vooral bepaald wordt door je culturele achtergrond en de mensen om je heen. Iets is immers niet groot of klein, veel of weinig, duur of goedkoop. Het is dat ten opzichte van iets anders, van wat iemand anders heeft of van wat je gewend bent.

BLOG

Sanne Koenen woonde altijd op kleine gezellige kamertjes en heeft nooit veel nodig gehad. Na jaren kwam haar droom uit, Tiny wonen met haar vriend Boy én inmiddels hun 2 jongens. Positief, onbevangen en, naar eigen zeggen, wellicht wat naïef springt ze in het off-grid tiny house-avontuur.



Waar gaat ze naar toe met dit punt, vraag je je af. Het feit dat er zoveel arbitrair en omgevingsafhankelijk is, is een goede zaak. Het betekent namelijk dat er heel veel ruimte is voor heroverweging! We horen onze vrienden geregeld zeggen *mijn kinderen hebben wel echt de ruimte nodig hoor*, maar waarom is het rijtjeshuis met 3 verdiepingen nu dan wel voldoende? Waarom niet groter? Er zijn genoeg plekken op de wereld waarbij 150 m2 nog steeds als klein wordt gezien en andersom waarbij onze 32 m2 niet *tiny* wordt genoemd. Ik vraag me dus wel eens af of mensen de vraag *wat is normaal om nodig te hebben in mijn situatie* (laat me niet beginnen over *normaal*) van zich af kunnen schudden en echt stil kunnen staan bij *wat heb ik nodig?*

Onze conclusie met veel minder te kunnen leven heeft ons zoveel gegeven. We deden de spullen weg en kregen er ruimte voor terug. Ongekende ruimte, in tijd, in geld, in mogelijkheden en in ons hoofd. Ik gun het iedereen. Dus laten we vooruit gaan, maar met een stap terug, voor nu, voor later, voor onszelf én voor iedereen die na ons komt.

SANNE



Anne Steenkamp

Leeftijd: 52
Baan: Beoordelaar toeslagenaffaire bij UHT
Fijnste plekje : In de relaxstoel
Meest trots op: Onze gepimpte keuken
Mooiste woonaccessoire: De Chinese bruidskast
Meest inventieve oplossing: Kledingopbergsysteem in slaapkamer



Parel de Maar

Leeftijd: 21
Studie: HBO Hotel & Event Management
Fijnste plekje : Mijn eigen kamer
Meest trots op: Schilderij van mijn vader
Mooiste woonaccessoire: Foto van onze overleden hond Luna
Meest inventieve oplossing: Het keukeneiland

De relaxstoel zit heerlijk en ik kan alles in de kamer overzien. Lekker genieten van het interieur - Anne



Het is een rariteitenkabinet. Alles heeft een verhaal en speciale waarde - Anne



Het was een lelijk wit
keukenblok. Nu is het een
eenheid met het losse
keukeneiland - Anne



Het keukeneiland is
een super *chille*
manier om net iets
meer keukenoppervlak
te maken - Parel

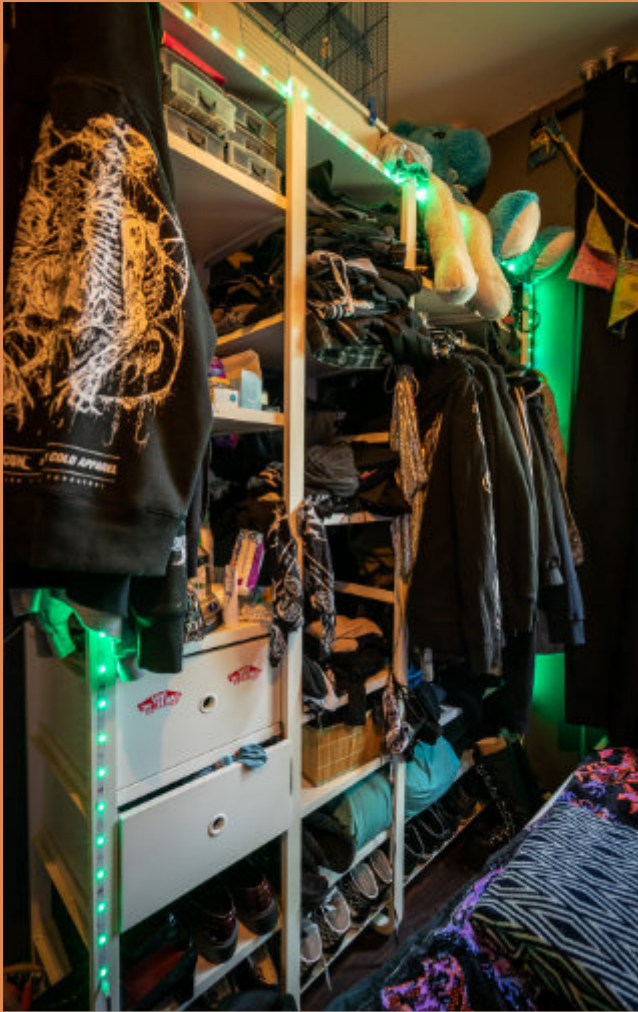


De woning

Woonplaats: Amsterdam
 Locatie: De Pijp
 Type woning: Appartement
 Woonoppervlak: 55 m²
 Aantal ruimtes: 4
 Verwarming: CV
 Elektriciteit: Nuts



Mijn kamer is mijn *save space*, waar ik op bed kan liggen met LED-lichtjes aan en kan knuffelen met mijn ratjes - Parel



Ik vind het schilderij van mijn vader supervet en het hang mooi in mijn kamer - Parel

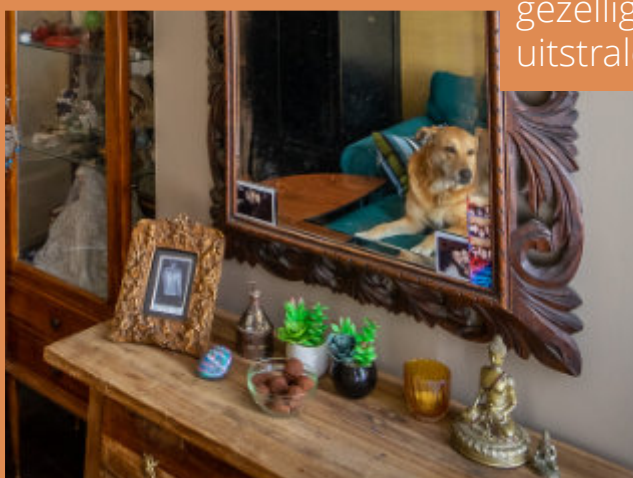
De Chinese bruidskast heeft precies de juiste maat . Alles past achter de deurtjes - Anne



Een huis moet
niet te leeg zijn,
anders zit er geen
ziel in - *Parel*



Een interieur
moet warmte en
gezelligheid
uitstralen - *Anne*



© Klein Wonen Magazine/Ronald Lammers



TINY HOUSE
ACADEMY

KLIK HIER!



**Leer ontwerpen
en bouw je
eigen woning**

VERBUITEN DESIGN
Manon Verijdt



DIENTEN



Advies



Ontwerp



Podcast

SECTOREN

- Agrarische herbestemming
- Recreatie ontwikkeling
- Anders en klein wonen

→ *Klik hier voor meer info*



ALLE ADVERTENTIES ZIJN INTERACTIEF. KLIK OP DE ADVERTENTIE VOOR MEER INFO.

**NEW
HOUSING**

**TINY HOUSE
FESTIVAL**



The festival for tiny house,
-fans, -manufacturers,
-service provider and DIYs.

new-housing.de



**Europe's
largest
TINY HOUSE
Festival**



1-3 July 2022
Karlsruhe Trade Fair Centre

messe
— **karlsruhe**



Tiny House FESTIVALS in KARLSRUHE en ALMERE

Tiny house-fans kunnen hun hart ophalen deze zomer met 2 woonfestivals voor klein en compact wonen. In het Duitse Karlsruhe wordt begin juli bij de plaatselijke beurshallen tijdelijk een dorpje van 20 tiny houses gebouwd, maar ook Nederland krijgt na de succesvolle Jamboree weer een Tiny House Festival. Begin september is Almere wederom het decor van een tiny house-evenement op het terrein van DemoParkNL.

De Stichting Tiny House International (THI) organiseert op 2 en 3 september van dit jaar een *tiny house*-beurs in Almere tijdens een kijkweekende van DemoParkNL, waar een 15-tal kleine en compacte huisjes te bezichtigen zijn. Het evenement stond al 2 keer eerder op de agenda, maar moest telkens worden afgeblazen wegens de coronamaatregelen. Nu is er gekozen voor een samenwerking met DemoParkNL. Verder organiseert THI op beide dagen diverse seminars en presentaties en enkele excursies langs andere kleine en compacte huisjes per fiets en auto. Tevens presenteren tal van bedrijven hun nieuwste installaties, materialen en mogelijkheden voor kleine en compacte woningen. Meer info is te vinden op www.thicongress.com.

Wie eens de Duitse kijk op klein wonen wil ervaren kan van 1 tot 3 juli afreizen naar Karlsruhe. Daar vindt Europa's grootste Tiny House Festival plaats op het openluchtterrein van het Karlsruhe Exhibition Center. Een 20-tal producenten en leveranciers van kleine en compacte huizen uit verschillende landen tonen daar hun huisjes. Ook daar wordt de bezoeker getraakteerd op thematische lezingen van experts en presenteren bedrijven zich met allerlei toebehoren voor deze woontrend. Alle info is te vinden op www.new-housing.de.

Kun je deze festivals niet bezoeken, wellicht ben je dan eind september in de buurt van Bendigo om een kijkje te nemen bij het Tiny House Festival Australia. Of anders een van de vele expo's en festivals die de VS rijk zijn.

Permanente BUITENEXPO kleine HUISJES in Almere

Nederland heeft zijn eigen openluchtexpositie voor klein en compact wonen. DemoParkNL opende recent haar deuren in het Almeerse Oosterwold. De eerste weekeinden met kijkdagen trokken al meteen flink wat belangstellenden, die binnen konden kijken in de 13 modelwoningen van verschillende producenten en leveranciers.

Bezoekers uit alle hoeken van Nederland kwamen naar de centraal gelegen permanente woonexpositie om een kijkje te nemen en zich te laten voorlichten over de mogelijkheden van de verschillende huisjes door de aanwezige vertegenwoordigers. DemoParkNL richt zich met pre-fabwoningen met een woonoppervlak tussen de 30 en 70 m² op de toenemende trend van klein(er) en betaalbaar wonen. Proefslapen in de huisjes behoort ook tot de mogelijkheden.

Momenteel presenteren Mill Home (3), Tiny House Store (3), Flexwoning (2), ABC&D, Daiwa House Modular Europe, EcoCabins, Marco Haakman en Eco Architectuur hun huisjes. Binnenkort worden er nog 2 huisjes aan het aanbod toegevoegd. Tijdens de maandelijkse kijkweekende is de Rabobank van de partij met een *tiny office* on wheels om informatie te verstrekken over hypotheek voor compacte en betaalbare huisjes.

DemoParkNL is vergelijkbaar met het Duitse fenomeen van Musterparkhausen, waar mensen die op zoek zijn naar een nieuwe woning zich in alle rust op verschillende woonconcepten kunnen oriënteren en huizen kunnen vergelijken. Naast de bezichtiging van de huisjes kunnen bezoekers ook regelmatig korte inlooppresentaties over klein en betaalbaar wonen bijwonen in het paviljoen, waar ook een bibliotheek met boeken over dit woonfenomeen is ingericht. De woonexpositie in Almere is ieder eerste weekeinde van de maand op vrijdag, zaterdag en zondag van 10.00 tot 16.00 uur gratis te bezoeken. In juli is er een korte zomerstop. De data vind je op www.demopark.nl.





© Arnoud Klop

D O C U

OP ZOEK NAAR ONS ALTERNATIEF

SCENE: *STARTER GAAT OP SCHIP WONEN*

CAST: *THOM*

CAMERAMAN: *ARNOUD KLOP*

Met zijn YouTube-kanaal [Tiny Docu](#) hoopt de Rotterdamse filmmaker Arnoud Klop, net als Klein Wonen Magazine, een bijdrage te leveren aan een beter imago van klein en anders wonen. Zijn video's over allerlei alternatieve woonvormen zijn vooral een persoonlijke zoektocht, maar naast zichzelf wil hij ook zijn vrienden en vele anderen inspireren om niet te piekeren over wat er op woongebied allemaal niet kan, maar je juist te focussen op wat er wel mogelijk is.

Ieder kwartaal brengen we in Klein Wonen Magazine een van zijn filmpjes onder de aandacht. Ditmaal is Arnoud te gast bij Thom, die besloot op zijn eigen schip te gaan wonen. Hij is nog druk bezig met de verbouwing, maar zijn verhaal en plannen heeft Arnoud fraai vastgelegd op beeld. Druk op de playbutton en kijk.

„Je leeft BEWUST en met minder BALLAST”



Ze noemt zichzelf een wereldverbeteraar en dan begin je natuurlijk bij jezelf. Met een *burn out* aan de horizon gooit Cathy Camertijn in 2019 het roer volledig om. Ze houdt haar eigen stiltereis in een woonbus om zich te bezinnen en een half jaar later woont zij gelukkiger dan ooit in een door groen omringd *tiny house* in het Belgische Brecht. „Klein wonen brengt je terug naar je essentie en van daaruit beweeg je en leef je. En de essentie heeft niet veel nodig”, aldus de 46-jarige Vlaamse.



> Cathy en dochtertje Lena met hond Gina bij hun tiny house in Brecht.

Op haar persoonlijke website schetst Cathy zichzelf kort maar krachtig. Een bezige bij, vrijheidsstrijder, dromer, wereldverbeteraar, een bewuste ziel, diepvoeler en liefhebbende moeder van dochter Lena. Op zoek naar creatieve en mentale vrijheid en liefde. Een vrouw vol passie voor veel dingen, die het leven wil voelen, proeven, ruiken en beleven. Ze straalt geluk uit in haar 25 m2 grootte *tiny house* op 1000 m2 meter grond in het Antwerpse Brecht. Het is Cathy 2.0, want de afgelopen 5 jaar noemt zij een rollercoaster in haar leven. Een tijd lang woont de afgestudeerde pedagoge in een opgedeelde villa, maar daar houdt zij het om uiteenlopende oorzaken uiteindelijk niet meer uit.

Na die negatieve ervaring voelt zij een behoefte aan meer zuiverheid en echtheid. Ze belandt in een appartement aan de Schelde, maar trekt er al snel op uit met een tot woonbus omgebouwde bestelbus. „Dat was een reis rond het thema stilte met mijn Vansi. Zo noemde ik mijn bus. Naar *van* en *silence*. Ik voelde in 2019 dat ik voor een *burn out* stond. Ik had 2 keuzes: of ik crash of ik ga reizen. Ik ben op solotoer gegaan, niet wetende waar ik uit zou komen. Wel had ik al beslist om meer

eenvoud in mijn leven te creëren. Minder lasten en meer harmonie en ruimte. Mijn huis was een blok aan mijn been, net als de lening en het verbruik. Dat verhaal heeft zo op mijn gevoel van vrijheid ingewerkt, dat ik mij heb voorgenomen dat ik dit nooit meer wilde meemaken. Ik ben zelfstandige en leef in een vloeiende realiteit van momenten van

creatie en momenten van productie, maar door de financiële druk kwamen mijn creatiemomenten zwaar onder druk te staan. Het beton begon letterlijk op mij te wegen, want ik wil niet dat alles in mijn leven in het teken staat van geld. Na mijn stiltereis ben ik onmiddellijk naar een bouwer gestapt en 6 maanden later woonde ik in mijn *tiny house*.”

Met een tijdelijk campingstekkie als plan B in het achterhoofd schuift Cathy na haar stiltereis het vinden van een droomlocatie even voor zich uit en stort zich volledig op het ontwerp van haar huisje. „Dat was heel fijn. Ik ben een intuïtieve kiezer en al vrij snel kwam ik op een Roemeense bouwer. Ik ben naar daar gevlogen, overnacht in een *tiny house* en de fabriek gaan bezoeken. Ik had er een goed gevoel bij en heb een contract met hen getekend. Dan

„Na mijn stiltereis ben ik naar een bouwer gegaan en 6 maanden later woonde ik in een *tiny house*”



© Klein Wonen Magazine/Ronald Lammers



> Lena in haar boomhut-slaapkamer.

© Klein Wonen Magazine/Ronald Lammers

begonnen we aan de ontwerpfase die ik samen met mijn dochter heb gedaan. Zij kreeg een boomhut, alias een mezzanine als slaapkamer in de kleur geel. Mijn interieur moest dat bevatten wat ik belangrijk vond: grote ijskast, grote keuken, een zetelhoek waar je door een rond raam naar buiten kon kijken. De kleuren heb ik aangepast aan mijn enige schilderij dat ik meenam uit mijn vorige leven namelijk accent opaal blauw. Het moment dat het in productie ging ben ik volop aan het ontspullen en digitaliseren begonnen, want ja, ook de dozen van de kelder gingen niet meer mee!"

De zoektocht naar een locatie wordt er zoals verwacht eentje met hobbels. „Ik had een tijdelijke plek gevonden die ik zou huren voor 6 maanden in Sint Katelijne Waver. Er gebeurde daar ook energetisch werk en ik dacht dat ik hier wel even kon landen na de pijnlijke breuk met de villa, welke zwaar in mijn kleren zat. Echter zo huren heeft ook zijn nadelen. Je bent opnieuw afhankelijk van de infrastructuur die er ligt of niet goed ligt, prijzen die plots kunnen stijgen, slechte contracten en communicatie die niet echt verbindend was. Helaas, echte rust vond ik daar niet, maar wel genoeg tijd om ondertussen te voelen waar ik wel wilde wonen. Ik wilde gaan voor een gevoel van vrijheid en dit bereiken via huren, maar dat bleek toch niet te gaan. Ik zou toch teruggaan voor een eigen stukje grond met een vijver. Dat geeft me echt een gevoel van thuis. In Brecht vond ik iets met een vijver en een

authentieke waterput met een rozenstruik. *I fell in love!*"

De liefde wordt nog wel even flink op de proef gesteld, want met de gemeente Brecht moest nog wel even geregeld worden dat Cathy en Lena met hun *tiny house* konden gaan wonen in hun groene oase van rust. „Al maanden waren we in gesprek

over mijn vergunning en domicilie. Het bijzondere was dat de gemeente niet beschikte over de kennis van de regelgeving waar ik mij op baseerde. In Vlaanderen valt een *tiny house* onder de woonwagenwetgeving en dat biedt andere mogelijkheden. Na veel overleg is alles

geregeld zoals het juist is en zijn mijn dochter en ik hier ingeschreven", aldus de in Wilrijk geboren Vlaamse, die zich met deze ervaringen ook meteen opwerpt als *tiny house*-ambassadeur. „Ik heb nogal de neiging om met andere dingen bezig te zijn dan mijn medemens. Ik ken geen andere ondernemers die in een *tiny house* wonen. Die gaan eerder naar groot. Ik communiceer open over mijn keuzes en uitdagingen en vanuit mijn enthousiasme wil ik mensen inspireren om stappen te zetten. Het vraagt wel veel innerlijke kracht en veerkracht, want het zal niet allemaal lukken en je wordt soms scheef bekeken."

Cathy speelt haar rol als kartrekker voor de *tiny house movement* in België met verve. Ze houdt

„De gemeente beschikte niet over de kennis van de regelgeving"



> In haar tiny house heeft Cathy haar gewenste grote keuken.

© Klein Wonen Magazine/Ronald Lammers

maandelijks open kijkdagen in haar eigen huisje, geeft webinars, spreekt met beleidsmakers en geeft adviezen om de wetgeving toekomstgericht te maken. „Ik ben een oplossingsgerichte persoon en zoek naar oplossingen voor de community. Het is niet dat wij geen wetgeving hebben. Die is er wel. Enkel is deze niet gekend.

Daarom dat ik de *tiny house believer* hulp geef met educatie. In België moet je het nog zelf doen en door de muur van de administratie geraken. We mogen hierin wat assertiever worden. Hierbij wil ik ze helpen. Het Vlaamse woonbeleid is doorspekt met een mix van regelgeving, interpretatie en bevoegdheden, maar een *tiny house*-vergunning is niet iets wat onderling geregeld moet worden. Daar zouden gewoon duidelijke regels voor moeten zijn.”

Het wonen in een *tiny house* is voor Cathy de basis voor het eenvoudigere leven waar zij naar zocht. „Klein wonen is eigenlijk hetzelfde als coaching. Je gaat terug naar je essentie en van daaruit beweeg je en leef je. En de essentie heeft niet veel nodig. Weet je, wonen moet anders bekeken worden. Ik woon groot, want ik heb ervoor gekozen om een kleine constructie van 25 vierkante meter te plaatsen op een grond van 1000 vierkante meter. Ik heb dus nog

veel ruimte en tuin. Mijn ramen creëren die extra ruimte. De weg van de zetel naar de ijskast gaat in dezelfde rechte lijn of je nu in een villa of een *tiny house* woont. Je maakt bewustere keuzes ten aanzien van spullen. Wat heb ik nodig, wat komt erbij, wat kan er weg? Je leeft bewust en met een beperkte ballast.”

„Voor een *tiny house*-vergunning zouden gewoon duidelijke regels moeten zijn”

Inmiddels heeft Cathy van *tiny houses* ook haar beroep gemaakt. Samen met een team gelijkgestemden bouwt ze *tiny houses* en mantelzorgwoningen met haar bedrijf Hasta La Vista Tiny Home. Ook in haar

werk komt de wereldverbeteraar in haar naar boven. „Met mijn *tiny houses* kan ik letterlijk de nieuwe wereld neerzetten en een antwoord bieden op de veranderende woonbehoefte van mensen alsook op de behoefte om opnieuw op een andere manier voor elkaar te gaan zorgen, namelijk meer in verbinding en dicht bij de natuur. Als bouwer zet ik ook in op innovatie en circulariteit, want door meer houtbouw in de wereld te zetten dragen we bij aan de CO2-verlaging. Als *tiny house*-bewoner wil je immers je voetafdruk verkleinen. Bewuster zijn van de gevolgen van keuzes, waarvan de woonvorm er eentje is. Dat zou van onze wereld al een veel betere wereld maken. Mijn missie is om mensen te ondersteunen in een belangrijke transitiefase in hun



© Klein Wonen Magazine/Ronald Lammers

> De knusse zithoek.

leven. Dat kan zijn je eerste huis, opnieuw beginnen na een scheiding of je laatste huis dicht bij belangrijke personen."

Voor die laatste groep heeft Cathy absoluut en zwak, want wonen en gezondheid zijn haar grootste passies. Daarom bouwt zij ook speciale zorgunits. „Het is een niche markt die duidelijk is in zijn regelgeving en waarbij er ook domicilie is toegelaten. Ook de locatie is bij deze geen probleem aangezien het op de grond is van de mantelzorger of van de zorgbehoevende. Ik breng deze zorgunits onder eigen naam uit als bouwer en daar ben ik toch wel

heel fier op, als vrouw in deze mannenwereld. De zorgunits die ik bouw die combineren een innovatieve woning en het verbeteren van de gezondheid. Het verblijven in het huis draagt letterlijk bij tot het verbeteren van de gezondheid." Ondertussen geniet de ondernemster met haar dochtertje Lena van haar eigen lang gekoesterde oase van rust. „Ik ben helemaal waar ik moet zijn. Ik ben zelf best een energiek persoon en rusten is iets wat ik moeilijk kan, maar ik vind het wel belangrijk dat ik kan leven en werken op een plek die rust in zich draagt. Soms hoor ik de snelweg, maar veelal de vogels en onze kippen en geniet ik van de zonnestralen en de natuur die zijn eigen tijd van leven en verstillings heeft. Lena vindt het ook fijn hier. Ik herinner mij nog de eerste keer dat ze ons huisje zag en verwonderd was dat het alsnog zo groot was. Ze geniet van de eitjes van de kippen en de flapjes, alias oortjes, van onze hond Gina. Soms is het wat moeilijk om echt met speelgoed op de grond te spelen. Niet omdat het klein is, maar door Gina. Binnenkort komt er een echte boomhut in de tuin en wordt dat haar speelkamer. De overtuiging van alle ruimtes moeten in één huis zitten verandert in een *tiny house*-leven", aldus moeder Cathy, die nog wel dromen heeft. „Ik wil mijn stuk grond verviervoudigen en er een grotere oase van rust op bouwen. Een eigen zelfvoorzienende community, waarin zorg en herstel kan plaatsvinden. Ik kan mij hier wel verankeren. Voor het eerst in jaren kan ik zeggen: hier zit ik goed!"



> Cathy's tiny house met vijver in het groen.



> Het hevelbed van Cathy.

APPEN met MANON

Manon heeft er 3 seizoenen podcast over *tiny houses* opzitten. In dit laatste app-gesprek kijkt zij terug op deze periode en wat het haar heeft gebracht. Haar visie op *tiny houses* is in elk geval duidelijk veranderd.



Hoi Manon, alles goed? Hoe is het met je podcast?

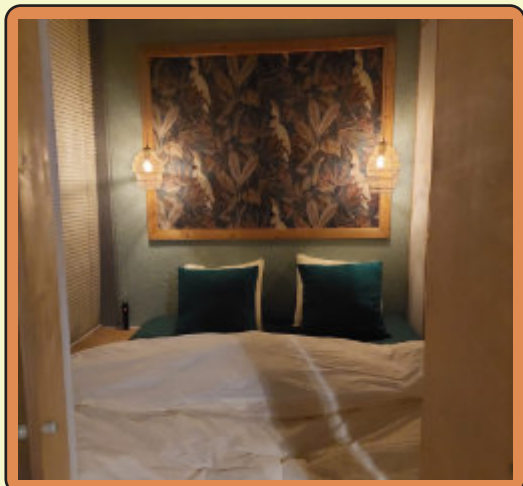
Hoi Raymond, Jazeker! Hier is alles goed! Met mijn podcast kabbelt het door. We zijn bijna aangekomen bij het einde van seizoen 3. Ik heb laatst de slotaflevering opgenomen.

Wat was je meest bijzondere bezoek in seizoen 3?

Dat is Gouda geweest, bij Lianne en Ferdi van Baartje Sanderserf! Ik had hun huisje online gevonden en ik was meteen gecharmeerd door de inrichting. Op een heel klein oppervlak hadden zij in een oud arbeidershuisje een compleet *tiny house* met bedsteden gemaakt. Echt uniek!

Heb je een foto?

Ja, die heb ik zeker!



Heel sfeervol! Klein wonen uit vervlogen tijden. Waarom sprak het jou zo aan?

Ja, absoluut! Voor mij is het natuurlijk ten eerste altijd een plaatje wat me aanspreekt. In dit geval waren dat de bedsteden. Enerzijds omdat ze me herinnerden aan een vakantie die ik ooit heb gemaakt als klein meisje, waarin ik zelf ook in een bedstede sliep. Anderzijds had ik een bedstede nog nooit gezien in een *tiny house*, dus ik was direct geïnteresseerd in het verhaal daarachter.



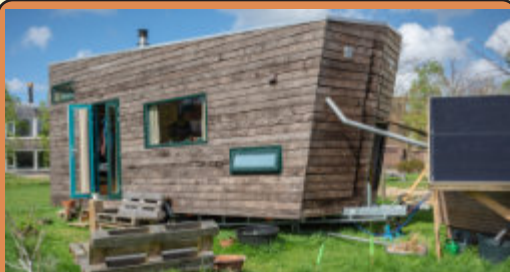
Zo'n oud arbeidershuisje laat maar weer zien dat je op allerlei manieren klein kunt wonen.

Ja, precies. En het mooie aan dit verhaal is dat Lisanne en Ferdi, de eigenaren dus, zelf deze arbeidershuisjes hebben verbouwd toen ze er kwamen wonen. Het woonhuis moest verbouwd worden en zelf hebben ze hier toen tijdelijk gewoond. Inclusief hun kinderen.

In de podcast komt daar overigens ook een mooi stukje over voorbij. Lisanne en Ferdi waren uiteindelijk zó tevreden met dit idyllische plekje midden in de stad, dat ze even getwijfeld hebben om het grote woonhuis te gaan verhuren. Al ziet dat er ook werkelijk prachtig uit. Van onervaren klussers naar ervaren klussers én *tiny house*-verhuurders!

Toen je met je podcast begon had je vast een bepaald idee over klein wonen. Is die na 3 seizoenen veranderd?

Ja, klopt! Mijn visie is vooral een stuk breder geworden. Waar ik in eerste instantie uitging van de *standaard tiny houses*, die ik op Youtube en Facebook voorbij zag komen, besef ik me nu dat klein wonen echt voor iedereen anders is. Met *standaard* bedoel ik dan.....



Zoiets! Kleiner dan 50 vierkante meter, houtskeletbouw en over het algemeen op wielen.

Als ik nu mensen spreek, geef ik vaak aan dat ik 3 stromingen zie; enerzijds de mensen die bovenstaande randvoorwaarden hanteren, anderzijds de vrijdenkende mensen die anders willen wonen in de vorm van een boot, camperbus of andere kleine woning en daarnaast nog de groep mensen die zowel om financiële als om duurzame redenen klein willen wonen, maar minder de *vrijdenkende filosofie* hanteren. Vanuit mijn perspectief komt dat dan neer op de 13 in een dozijn *tiny houses* die in een rijtje worden gebouwd. Dus zonder enige voorkeur uit te spreken voor een van deze opties, is mijn perspectief op klein wonen zeker groter en breder geworden!

Wil je zelf ook nog steeds klein wonen?

Ja, dat zeker! En mocht het *klein* groter zijn dan 50 vierkante meter, dan zou ik in ieder geval zo duurzaam mogelijk zelf een huis willen bouwen en het zo inrichten dat je eigenlijk 24/7 verbonden bent met de natuur. Bijvoorbeeld door het gebruik van schuifpuien, veel ramen, natuurlijke materialen en een makkelijke overgang van binnen naar buiten.

Dat is waarschijnlijk ook de essentie waar ik zelf naar opzoek ben gegaan, onbewust. Naar hoe mensen kijken naar de natuur om zich heen en of dit bij een leven in een klein huis/*tiny house* ook daadwerkelijk anders is dan mensen die alle faciliteiten binnen aanwezig hebben.

Hoe kleiner je huis, hoe meer je buiten bent is de ervaring, toch?

Ja, dat krijg ik vaak terug van de mensen in de podcast (en dus de bewoners van de *tiny houses*). Natuurlijk zijn er ook mensen die hun huis dusdanig slim inrichten dat je eigenlijk ook in een kleine woning altijd binnen kunt zijn, maar dat vind ik dan weer zonde!

Komt er een seizoen 4 van je podcast?

Dat is een hele goede vraag! In mijn geval weet je het maar nooit, maar op het moment lijkt het me goed om even pauze te nemen, weer te kijken waar ikzelf en de luisteraar eventueel behoefte aan heeft en daarop in te spelen. En mocht het zo zijn dat het bij 3 seizoenen blijft, dan ben ik erg blij met het *ronde verhaal* dat ik voor mezelf heb kunnen creëren.

Ik voel me nu ook vrijer in een keuze om klein te wonen of duurzamer te wonen. Het hoeft niet per definitie meer een *tiny house* te zijn zoals ik van te voren dacht. Ik denk dat ik nog wat langer wacht met een eigen huis of het direct toepassen van alle wensen. Eerst mijn levensstijl veranderen en vaker naar kleine cabins/accommodaties gaan in de natuur.

Klinkt als een goed uitgangspunt. Veel natuurplezier en bedankt voor je gesprekken in onze afgelopen edities!

WEERZIEN

BLOG TIM



Tim van der Meer werkt doordeweeks als paraveterinair dierenartsassistent, yogadocent en alle momenten van de dag als beeldend kunstenaar, dromer en verhalenverzamelaar.

Al van jongs af aan voelen boten, boomhutten, de slaapcoupé in de trein en andere zelfgebouwde nestjes meer als thuis dan een grote-mensen-huis. Ze is het meest op haar gemak in kleine ruimtes waar de grens tussen buiten en binnen dun is en de wereld aan je voeten ligt.

Ze woont samen met haar vriend Reinier in een zelfgebouwd *tiny house* in Klein Zuidbroek. Op de Instagrampagina [@waldenleven](https://www.instagram.com/waldenleven) is Tim te volgen:



De lente voelt als een weerzien met oude bekenden en een ontmoeting met nieuwe. De eerste seizoenburen laten zich horen. Het geluid van een lijster schalt in de vroege ochtend over ons terrein. De kievit is terug, een acrobaat in de lucht. Ze maken nesten in het grasland aan de rand van onze community. Rond de schemering vliegt er een ganzenpaar over ons huisje heen, elke avond. Al gakkend flapperen ze de verte in, genoeg om nooit een stilte te laten vallen. Elke ochtend en avond horen we het geluid van de koekoek, als start en afsluiting van de dag. In de hoge bomen achter ons bouwen 2 eksters een nest. De een vliegt af en aan met bouw materiaal, de ander vlecht de takken zorgvuldig in elkaar. Soms draaien ze de rollen om, soms maken ze ruzie met 2 kraaien. Ik moet denken aan het bouwen van ons eigen nest, een jaar geleden alweer.

Er zijn meer bomen op ons terrein en deze lente zien we veel kool- en pimpelmezen. Driftige kleintjes, luid kwetterend op de takken van een appelboom, wachtend op de vruchten. Als het warm is vindt een familie spreeuwen ons, dansend vliegen ze samen door de lucht, op zoek naar insecten.

In een gaatje van onze voordeur heeft een bij haar onderkomen gemaakt, om uit te rusten tussen het bestuiven door. De pallets die nog dienst doen als trap naar onze tuindeuren zijn een schuilplaats voor allerlei soorten torren en kevers. Achterin de houtwal hoor je de krekels. Als ik even stil sta zie ik hoeveel kleins hier met ons samen leeft, ons huisje is een thuis voor zoveel anderen geworden.

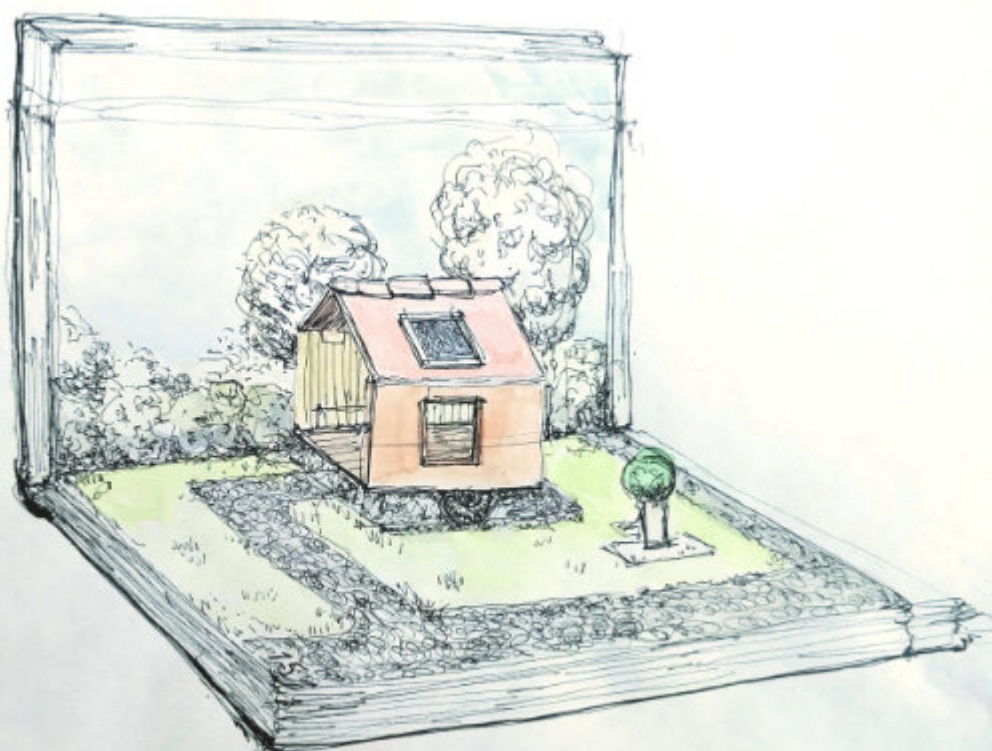
De paardenbloemen laten zich als eerste zien, een zee aan kleine zonnetjes in het gras. Van een deel maken we honing, de rest laten we staan voor alle vlinders, bijen en andere bestuivers. De bijvoet komt weer op, met haar rode stam en zilveren bladeren. Als ze groot genoeg is oogsten we een deel om te drogen, om te gebruiken als kruiden. We stoppen zaadjes in de grond, geven ze water en wachten geduldig tot ze boven komen. Babyplantjes die uitgroeien tot eten, wat een wonderlijk gegeven! Na de winterslaap zoemt, gonst, groeit, vliegt, kruipt en danst alles weer hier. Klaar voor de schatten van de aarde om zichzelf weer te laten zien, het feest van de seizoenen.



© Tim van der Meer

POP

daar
is mijn
huisje!



Tekst & illustratie: Marcel van Mierlo



> De uitklapbare container van Port a Bach.



> De containerwand wordt een veranda.

Ingeklapt passen ze op een dieplader, uitgeklapt bieden ze een complete luxe woning. Pop-up paleisjes hebben hun weg gevonden in de architectuur van klein wonen en blijken veel voordelen te hebben.

Port a Bach

Port a Bach is een zeecontainer, die een tweede leven heeft gekregen als verplaatsbare uitklapwoning. Een *bach*, je spreekt dit uit als het Engelse *batch*, is een klein huisje en onlosmakelijk verbonden met de Nieuw-Zeelandse cultuur. *Bach* is Kiwi-spraaktaal en vindt haar oorsprong in *batchelor pad*' (eenpersoons huisje). Cecile Bonnifait en William Giesen van Atelier Workshop lieten dit droomhuis bouwen in het Chinese Hangzhou en vertellen gepassioneerd over de bijzondere mogelijkheden.

„De ingeklapte container klap je op de plaats van bestemming uit en je hebt direct een comfortabele leefruimte voor 2 volwassenen en 2 kinderen. De grote open leefruimte bevat een stapelbed, een tweepersoonsbed, keuken en badkamer. Met een handig systeem van stoffen scheidingswandjes kan je de binnenruimte op veel manieren gebruiken. Door de lange zijde van de container uit te klappen met een elektrische lier vergroot je de

oppervlakte, creëer je een terras en zorg je voor massa's daglicht en ruimte."

G-pod

G-pod is voorzien van een pop-out slaapkamer en een uitklapbaar terras. Bridgewater Group, gevestigd in Hong Kong, en de Australische productontwikkelaar en architect Dan Vonken zijn verantwoordelijk voor het ontwerp en de productie. „Door het terras neer te klappen en de pop-outruimte naar buiten te trekken, breidt de container uit naar een gebied dat bijna 3 keer de oorspronkelijke grootte is. Je hebt een keuken, eetkamer, badkamer, bed, bank, studiehoek en wasruimte tot je beschikking."

Het interieur is opgebouwd uit milieuvriendelijke materialen, waaronder bamboe meubels, kasten en vloeren en kent luxe toevoegingen, zoals mooie keukenapparatuur, een LED-projector en een geluidssysteem. „Door de flexibele functies, het gebruik van gerecyclede materialen en een zelfvoorzienende elektriciteitsinstallatie is de standaard G-pod al duurzaam. Maar de echte *off-grid* liefhebber kan nog verder gaan. Het is mogelijk om een regenwater opvangsysteem met 5000 liter tank te laten installeren, compostering toiletten te monteren en het zonne-energiesysteem te verzwaren en accu's toe te voegen.



© G-pod



© G-pod

Boxabl

In ingeklapte toestand heeft het kleinste type van Boxabl, Casita, de afmetingen van een zeecontainer. Uitklappen, bed en bank neerzetten en je kan erin wonen. Boxabl is gevestigd in Las Vegas en opgericht in 2017 door Paolo en Galiano Tiramani en Kyle Denman. Het innovatieve bedrijf automatiseert en robotiseert de productie van de units zoveel mogelijk met als doel massaproductie mogelijk te maken tegen lage kosten, zoals dat ook in de auto-industrie gebeurt.

Casita is opgezet als studio met een prefab keuken en sanitaire ruimte met ligbad. Na het uitklappen ontstaat een woonoppervlak van ongeveer 36 m² met een open ruimte voor de zit- en slaapkamer. Het plafond is iets minder dan 3 meter hoog en de ruimte heeft grote ramen en deuren. Ondanks het kleine formaat heeft de studio een flinke keuken met een koelkast, dubbele spoelbak en vaatwasser. Omdat de unit volledig gemeubileerd wordt geleverd, is het niet nodig om op maat gemaakte



© Boxabl



© Boxabl



meubels of apparaten te zoeken. Alleen voor een bed en een bank moet je zelf nog even shoppen.

Brette Haus

Gennadii Bakunin en zijn team van Brette Haus uit Letland (Riga) presenteren hun kleinste hutje met een gebruiksoppervlak van 21 m². Het huisje kan worden opgevouwen tot een pakketje van 3,0 x 2,4 x 2,9 meter (l x b x h). Cross Laminated Timber (kruislings gelaagd hout) blijkt dé oplossing te zijn. Gennadii zegt: „De technologie is relatief nieuw en het is de enige technologie die het mogelijk maakt om dynamische belastingen met hout te combineren.”

De huizen worden geleverd met geprefabriceerd sanitaire voorzieningen en elektriciteit. Zo is er een doucheruimte, een wastafel en een toilet. De keukenhoek is voorzien van een kookstel en een gootsteen. „Onze standaarduitvoering bevat geen kookfornuizen of open haarden, maar dat kan eenvoudig worden toegevoegd, net als verschillende off-grid voorzieningen zoals zonnepanelen en een afvalstelsel.” Bij levering gaat Brette Haus ervan uit dat de eigenaar de aansluitingen voor water, riolering en elektriciteit heeft aangelegd. „Vervolgens duurt het 3 uur om het gebouwtje op locatie te installeren, inclusief aansluitingen. Het is wel noodzakelijk dat de plek waar het hutje komt te staan volledig geëgaliseerd is”, aldus Gennadii.

Origami huisje

Misschien niet zo geschikt om in te gaan wonen, maar wel een super inspirerend voorbeeld van een pop-up ruimte is het origami huisje van Gerhard Feldbacher. In dit Japanse vouwhuisje speelt de theeceremonie een belangrijke rol, maar Gerhard gebruikt de sfeerrijke ruimte ook voor vergaderingen, uitvoeringen, projectie van films en soms ook als gastenverblijf voor



Marcel van Mierlo is bouwkundig ingenieur met een passie voor kleine gebouwen, zeilen en bijen. Blogt regelmatig over bouwsels, die je zo in je achtertuin zou kunnen zetten. op zijn blogpagina *Leven in Tuinen*. Tevens schrijver van de boeken *Slim Ruimtegebruik 1, 2 & 3*, *Finny & Bob Ontdekken Europa* en *Finny & Bob Dwars Door Afrika* met zelf getekende illustraties!

bezoekers. Behalve bij het trailerchassis is voornamelijk hout en rijstpapier gebruikt. De vloer is, zoals gebruikelijk in traditionele Japanse huizen, gemaakt van tatami-matten van 90 x 180 cm. Er is een verzonken open haard in het midden, gemaakt van beton.

Elk element van het huis heeft een duidelijke functie, bepaald door het gebruik ervan en door de controle van de basiselementen vuur (binnen) en water (buiten). Gerhard zegt met een glimlach: „Ik heb enkele traditionele oplossingen gebruikt om met deze elementen om te



> Het origami huisje van Gerhard Feldbacher.

gaan, maar nam ook wat vrijheid voor nieuwe interpretaties. Een grote uitdaging was, dat niet alleen rekening moest worden gehouden met de architectuur, maar ook met aspecten van transporteerbaarheid.”

En nog meer

Minds Eye Design heeft een leuke video gemaakt met de nieuwste pop-up woningen. Niet allemaal piepklein, maar wel allemaal uitklapbaar! >>>

Op nummer 1 staat TenFold engineering. Bekijk ook dit voorbeeld van TenFold, dat zich opent als een bloem: <<<





KLEIN

WONEN

IN THAILAND

Mieke en François wilden meer buiten leven en trokken naar Thailand. Daar wonen zij nu in een klein huisje tussen de rijstvelden bij Lampang in het noorden van het mooie Aziatische land. In een serie van 4 verhalen vertelt François in Klein Wonen Magazine over hoe dat zo gekomen is, over hun huisje en de bouw ervan en over wonen in Thailand. In dit eerste deel laat hij het huisje zien en vertelt hij wat over de keuzes die zij hebben gemaakt.

© François la Poutré

RIANT OP 18 M2

Een *tiny house* in Thailand: het begon eigenlijk niet eens met een bewuste keuze. Als er érgens geen gebrek aan is hier, is het wel ruimte. En voor de prijs van een appartementje van 48m² in Terneuzen koop je hier een villa met 5 badkamers en een zwembad op een ruime kavel. Nou zouden we niet weten wat we met 5 badkamers moeten, dus die optie is nooit serieus aan bod geweest, maar dat we uiteindelijk zouden wonen in wat we als gastenhuysje hadden gepland, hadden we vooraf niet echt bedacht. Nu wonen we alweer 4 jaar in een huisje met een binnen-oppervlakte van nog geen 18 vierkante meter.

FRANÇOIS LA POUTRÉ

SERIE



> De buurkoeien.

We, dat zijn Mieke Kupers en François la Poutré, inmiddels beiden zestigers. In Nederland woonden we al klein, maar wel met veel ruimte rondom het huis en maakten we er een sport van om rond ons huisje plekken te creëren die een langer buitenleven in het Nederlandse klimaat mogelijk maakten. Zo hadden we een kleine plantenkas ingericht als buitenkamertje en van een als carport bedoeld bouw pakket een buitenslaapkamer gemaakt. Fantasieën over buiten wonen hadden we altijd al en in januari 2017 hebben we de stap gezet. Mieke kon als verpleegkundige op haar 55e al met (gehalveerd) pensioen en ik ben uit de uitgeverij die ik met 2 anderen had gestapt, waarna we zijn vertrokken naar Thailand. Alleen wat kunstboeken, poëziebundels, persoonlijke spulletjes en kleren hebben we meegenomen. Alle overige spullen hebben we aan vrienden en familie gegeven en wat nog over was ging naar de kringloop.

Meer dan dat we in het noorden, en niet in toeristische gebieden, wilden gaan wonen stond er niet vast. We hadden een prachtig gelegen (*tiny*) huisje gehuurd in het noordelijke Chang Dao en besloten later om ook in de buurt van de stad Lampang te gaan rondkijken, mede omdat we daar al een paar mensen kenden. Daar vonden we uiteindelijk de prachtige plek waar we nu wonen. Het landje, een weiland, was met 3600 m2 flink wat groter dan we zochten, maar had alles wat we wilden: omgeven door rijstvelden, uitzicht op de bergen, 15 kilometer van Lampang, een paar



> De rijst wordt geplant.



> Ons huis bevindt zich onder een groot dak tegen de zon.



> Ooievaars boven ons landje.

kilometer van een kleiner stadje met allerlei winkeltjes, geen directe burens en toch niet heel afgelegen.

Onvoorstelbaar hard stormen

Het huis dat we voor ogen hadden was een achthoekige constructie. Het idee was om een achthoekig dak van 13 meter doorsnede te laten neerzetten en daaronder zelf muren te bouwen van zakken gevuld met rijstkaf, afgesmeerd met een mix van klei, zand en kalkmortel. Die manier van muren bouwen hadden we afgekeken van een vriendin die in Chiang Dao de *roundhouses*, een groepje *guesthouses*, had gebouwd. Om niet meteen in het diepe te hoeven springen, we hadden immers nog niet eerder een huis gebouwd, besloten we eerst een gastenhuisje te bouwen. Zo konden we oefenen met een kleiner bouwproject.

Ook voor dat gastenhuisje kozen we voor een groot dak, dat we door lokale bouwers hebben laten neerzetten. Eigenlijk wilden we wel een bamboedak, maar omdat het hier onvoorstelbaar hard kan stormen en er geen enkele bescherming tegen de wind is, hebben we toch besloten een zware basisconstructie met betonnen pilaren te laten plaatsen. Een groot dak is hier min of meer noodzakelijk vanwege de beschutting tegen de felle zon, die hier bijna altijd schijnt. Overdag dan.

Cobra onder het bed

Nadat de dakconstructie klaar was zijn we zelf aan



> De oost- en zuidkant van ons huisje met de voordeur en mozaïekvloer in wording.



> De bureau-bedconstructie binnen.

de slag gegaan met de bouw van het gastenhuisje. Bamboe vlechten, zakken stapelen, klei mixen, afsmeren... Na 4 maanden was het klaar. Een huisje van 4 x 5 meter, maar door de dikte van de muren met een binnenmaat van 3,80 x 4,70 meter. Ik weet niet meer wie van ons zei: *eigenlijk is dit wel groot genoeg toch?* In ieder geval waren we het daar meteen over eens. Het plan voor het achtkantige huis kon in de la!

Wonen in een klein huisje in Thailand is heel anders dan in Nederland of België. We leven hier de hele dag buiten. Binnen zijn we alleen om te slapen, en dan staan aan alle kanten de ramen en deuren open, om te schuilen voor heftige stortbuien, die meestal niet langer dan een kwartiertje duren, of als het gruwelijk heet is. Waar in Nederlandse *tiny houses* het bed op een slimme manier is weggewerkt of als een soort vliering is verwerkt, staat het bij ons pontificaal midden in de kamer. Het is wat hoger dan je van een bed gewend bent. Onder het bed hadden we kratten met spullen staan, totdat we op een avond een cobra aantroffen die het daar wel

een aangename woonplek leek te vinden. We hebben de kratten toen maar onder het bed weggehaald, zodat het wat minder aantrekkelijk voor slangen werd.

Geen stroomaansluiting

Voor de kleren en de meegekomen boeken, waarvan we vanwege de gewijzigde woonplannen alsnog de helft hebben weggegeven, hebben we opgeknapt oude kastjes op de kop getikt. De badkamer is buiten, gedeeltelijk onder het overstekende dak. Bij regen kunnen we droog op de wc zitten, tenzij de wind uit de verkeerde hoek komt. Droog douchen kan dan niet, maar dat hoeft ook niet. We hebben geen aansluiting op het elektriciteitsnet. Alle stroom komt van de zonnepanelen. Via een aantal accu's hebben we als het donker is beperkt stroom. Zware apparatuur hebben we niet, een tv evenmin. De kleine koelkast van 58W is de grootste energieslurper. En die zetten we meestal uit 's nachts. Hoe dat in de praktijk werkt en hoe we maaltijden bereiden in de zonneoven vertel ik in een van de volgende nummers.



> De buitenbadkamer en ons terras van oost naar west.



© François la Poutré

BEELDBELLEN VIA TV

De nieuwe minister van VWS, Ernst Kuipers, zet in op een beleid waarin preventie tegen het coronavirus nieuwe lockdowns moet voorkomen. De samenleving wordt weer open, vrij en blij. Nog steeds groeit het aantal eenpersoonshuishoudens en de vraag naar kleine betaalbare woningen. Dit alleen wonen heeft ook een keerzijde. Ongeveer 30% van de Nederlanders is eenzaam. Omgerekend naar de volwassen bevolking is dat iets meer dan 1 miljoen eenzame mensen!

Naast eenzaamheid zijn er ook heel veel Nederlanders met een behoefte aan of een indicatie voor mantelzorg. Eenzaamheid en noodzaak voor mantelzorg spelen in zowel stedelijke omgevingen als in het buitengebied. Alleen wonen in bijvoorbeeld een eigen *tiny house* in het buitengebied maakt het niet altijd gemakkelijker om eenzaamheid op te lossen of mantelzorger te zijn. De afstanden zijn er vaak groter. Een grote winst van het coronatijdperk is dat beeldbellen voor heel veel mensen vertrouwd is geworden. Niet alleen in het werkverkeer, maar zeker ook in de familie- en de zorgcommunicatie. Het is ook ideaal voor wie klein woont, want je hebt er alleen een smartphone of tablet voor nodig. Wat echter wel lastig blijft is dat oudere senioren vaak nog niet vertrouwd zijn met het gebruik van deze mobiele apparaten. Voor hen komt er deze zomer een mooie oplossing op de Nederlandse markt: beeldbellen via de tv.

LaCoTA is daar enthousiast over. En daar zijn verschillende redenen voor. Als de fijne motoriek achteruit gaat, wordt de bediening van kleinere mobiele apparaten moeilijker. Bevende handen (wat overigens zeker niet voor alle oudere senioren geldt maar wel veel voorkomt), artritis en verminderde doorbloeding maakt het lastiger om apparaten met een touchscreen te bedienen, omdat het scherm



dan niet altijd goed op de aanrakingen reageert. Als de ogen bij het ouder worden achteruit gaan, is het moeilijker om de kleine letters en beelden op een mobieltje te lezen, ook bij uitvergroting daarvan.

Omdat we steeds langer leven en gemiddeld 80-90 jaar oud worden, krijgen we met een senioren groep te maken die de komende 15 tot 20 jaar voor uitdagingen

kan zorgen. Niet alleen als het gaat om klein en betaalbaar wonen, maar ook in de digitale communicatie bij medische en sociale zorg en in het digitale contact met familie. Oudere senioren kunnen vaak nog wel goed overweg met een tv en de eigen afstandsbediening. Zij brengen meer tijd door met televisie kijken dan welke andere groep dan ook. Minister Cony Helder, verantwoordelijk voor het beleid Langdurige Zorg, heeft recent gezegd dat beeldbellen niet meer weg te denken is in de zorgcommunicatie.

LaCoTA heeft voor deze andere manier van beeldbellen een nieuwe versie van SchermerVan gemaakt. Een versie bedoelt voor met name mantelzorgers en familieleden. Door hen goed te informeren en instrueren over beeldbellen via de tv kunnen zij op een heel eenvoudige manier eenzaamheid helpen doorbreken en ook op een gemakkelijke manier een deel van de mantelzorg doen. SchermerVan is gemakkelijk op te schalen met meer domotica, personenalarmering, alarmopvolging en zorgcommunicatie. En voor wie van de een op de andere dag mantelzorg moet organiseren voor een naaste, biedt SchermerVan heel veel suggesties voor adequate en gespecialiseerde diensten die langer comfortabel wonen kunnen ondersteunen. Nu maar hopen dat tv-fabrikanten hun slaapkamermodellen blijven maken, zodat ouderen ook in hun kleine woning een tv kunnen blijven plaatsen!



Wim G. Kromwijk belicht iedere editie een aspect van Anders, Actief en Comfortabel Wonen in een kleine woning. Wim is directeur van LaCoTA, een inkoopcoöperatie op het gebied van anders, actief en duurzaam wonen. Kernbegrippen daarbij zijn buurgemeenschappen, participatie, veiligheid, personenalarmering, domotica, (digitale) mantelzorg, WMO en het opzetten van een open standaard voor een landelijk werkend mantelzorgprogramma. Dit alles om met moderne slimme thuishetchnologie langer comfortabel thuis te kunnen blijven wonen. LaCoTA geeft op haar [website](#) en in haar [nieuwsbrief](#) veel informatie over [mantelzorgwoningen](#), [gemeenschappelijk wonen](#) en [comfortabel wonen](#). Wie een vraag heeft aan Wim kan hem [mailen](#).

Goed energiesysteem must voor schoolbus Gabby en Roos

„We kunnen niet overal PARKEREN om te LADEN”



© Who's the boss

Met een oude schoolbus op zoek naar ultieme vrijheid. Dát is de droom van Gabby Bandt (33) en Roos van Maastricht (29), die binnenkort in vervulling gaat. Mede door de omvang van hun nieuwe huis willen ze vooral off-grid gaan leven, dus besteden zij extra veel aandacht aan hun energiesysteem. Nu is bijna alles aangesloten en kunnen ze binnenkort op avontuur. „Waar we precies naartoe gaan? En hoe lang we wegblijven? Geen idee! We staan open voor alles wat we onderweg tegenkomen.”

Het idee voor hun *woonhuis op wielen* ontstond een jaar geleden. Ze woonden al zes jaar in Haarlem, werkten allebei in Amsterdam en hadden een intensief leven. Waar Roos verantwoordelijk was voor de marketing en communicatie van een hotelcollectie in Amsterdam, was Gabby druk met zijn eigen bedrijf. „Hierdoor kwamen we onvoldoende aan onszelf toe. Onze energie en creativiteit ebden langzaam weg en tijdens de coronaperiode ontstond een moment van bezinning. Als we een nieuwe stap in ons leven wilden maken, was nú het moment! En dan niet voor een half jaar, maar voor een langere periode. Maar wat moest die stap dan zijn? Hoe konden we uit onze bubbel stappen zodat nieuwe, toffe ideeën tot ons zouden komen? We hebben allebei onze baan opgezegd en Roos had al bijna een ticket naar Lombok geboekt om daar tot rust te komen en ons nieuwe pad te verkennen. Maar omdat ik niet zo van het backpacken ben, hebben we gezocht naar een middenweg”, vertelt Gabby.

„In onze zoektocht kwamen we al snel uit bij de standaard busjes, waarin veel mensen rondreizen. Maar ook dit paste onvoldoende bij ons. Met name omdat we voor een langere periode in onze bus willen wonen. Dan wil je niet steeds je interieur moeten ombouwen omdat de één wil liggen en de ander wil zitten. Waren er geen andere mogelijkheden? Als snel kwamen we in het algoritme van de Amerikaanse schoolbussen, ook wel bekend als Skoolies, terecht. Hierbij worden voor een relatief lage prijs schoolbussen opgekocht en omgebouwd tot mobiele woningen waarin hele gezinnen off-grid kunnen leven. Hier werden we enthousiast van!”

„We waren niet alleen op zoek naar comfort, maar vooral ook naar iets unieks”, benadrukt Roos. „Een stap als dit zet je waarschijnlijk maar eens in je leven. Bovendien willen we tijdens onze reis zoveel mogelijk ervaringen en ontmoetingen opdoen. Het helpt dan enorm om te reizen met een bus die eruit knalt. Een bus die de drempel om gesprekken aan te gaan verkleint. Om deze reden hebben we ook geen duidelijk reisplan. We willen echt zien wat er op ons pad komt.” Ook Gabby heeft er zin in. „Zo lang we plezier en voldoening uit onze reis halen en het kunnen veroorloven, zullen we onze reis voortzetten. De wereld is ontzettend groot en mooi. Als je dan ook nog je eigen huis bij je hebt, zijn de mogelijkheden enorm.”

Dat eigen huis is een Blue Bird schoolbus uit 1997, die tot op het stalen karkas is gestript. Alleen het buitenframe en motorblok zijn behouden. „We hebben de bus volledig geïsoleerd en opnieuw opgebouwd”, vertelt Gabby. „Wanneer je straks via de ouderwetse openslaande luchtdeuren binnenkomt, loop je natuurlijk tegen de bestuurdersstoel aan. Direct daarachter bevindt zich ons woongedeelte met aan de linkerkant een grote bank van 2 meter en rechts een uitgebreid bureau.” Achter het woongedeelte bevindt zich een L-vormige keuken met 4 gaspitten, een gasoven, een volwaardige 220 Volt koelkast met vriesvak en diverse keukenapparatuur. „Na de keuken kom je in de badkamer, die wordt afgesloten met een schuifdeur en waarin een 70 x 70 centimeter douchecabine, composttoilet en wasbak met kastje zijn ingepast. Loop je verder, dan kom je in ons slaapgedeelte met een boxspring van 1,80 x 2,20 meter en een grote kledingkast.” Onder het bed is



© Who's the buss

extra opslagruimte gecreëerd. „Bij de oude nooddeur aan de achterzijde hebben wij bovendien een opslagruimte gebouwd, waarin ook het elektrasyteem is voorzien.”

De bus is voorzien van vloerverwarming, dankzij een Truma Combi 6E boiler/kachel. „Zo kunnen we de bus voorzien van warmte en warm water. Hierbij is zowel gebruik van gas als elektra mogelijk, waarbij de elektra voor 1.000 Watt extra vermogen zorgt. Omdat onze bus onze nieuwe woning wordt, hebben we flink wat budget gereserveerd voor het energiesysteem”, vertelt Gabby. „Tijdens onze reis zullen we zoveel mogelijk off-grid verblijven. Niet alleen omdat we dit graag willen, maar ook omdat we realistisch zijn. Ons huisje is 12 meter lang en volledig stijf. Er zit geen knik in, zoals bij een vrachtwagen, waardoor we niet op elke camping of andere laadplek kunnen parkeren om de accu's vol te laden.”

Om het juiste energiesysteem samen te stellen, hebben Gabby en Roos flink wat bedrijven benaderd. „We hebben geen elektrische achtergrond en hebben ons de materie helemaal eigen moeten maken. Zo hebben we van tevoren al onze energieverbruikers inzichtelijk gemaakt in een Excellijst. Voor de verdere uitwerking zochten we naar een bedrijf dat niet alleen de componenten kon leveren, maar dat ook met ons mee wilde denken. Een bedrijf dat zijn tanden in ons unieke project wilde zetten.” Op basis van hun lijst én wensen hebben wij bij Stroomwinkel een uitgebreid componentenplan uitgewerkt. Ook hebben wij een technisch aansluitschema van de installatie gemaakt, dat tevens gebruikt kan worden als naslagwerk.

Bovenop de schoolbus liggen nu 4 zonnepanelen van 400 Wp per stuk. In plaats van 1 laadregelaar hebben wij aan elk paneel een separate Victron Energy MPPT gekoppeld. Dankzij deze modulaire opzet kunnen Gabby en Roos een maximaal rendement uit hun installatie halen. Ook als een paneel in de schaduw ligt of onverhoopt kapot gaat. De stroom die de panelen opwekken wordt opgeslagen in 3 Victron Energy lithiumbatterijen van 210 Ah per stuk, die gecombineerd worden met een 3.000VA / 2400W omvormer/ladercombi. De accu's worden 24/7 door een MG Master beschermd en bewaakt tegen overladen, overmatig



© Whosthebus

ontladen en te hoge of te lage temperaturen. Ook zorgt de MG Master voor een juiste balancerings van de accu's. Vanuit het energiesysteem worden niet alleen de vloerverwarming, boiler/kachel, koelkast, keukenapparatuur en verlichting gevoed, maar kunnen ook de smartphones, laptops, (foto)camera en drone worden opgeladen. Het systeem is zo uitgewerkt dat zij volledig off-grid en meerdere dagen hun installaties kunnen voeden. Behalve de zonnepanelen kunnen de accu's worden opgeladen door de dynamo van de bus en via een netaansluiting.

Inmiddels leggen Gabby en Roos de laatste hand aan hun energiesysteem, de inrichting en de motor van hun schoolbus. „Binnenkort gaan we een aantal dagen testen op een camping van vrienden, waarna we langzaam willen afzakken naar het zuiden”, vertelt Roos. „In eerste instantie blijven we met onze bus in Europa, waarna we willen oversteken naar Marokko. Maar zoals gezegd, de plannen staan niet vast. We staan open voor alles wat we onderweg tegenkomen.” Benieuwd naar alle ervaringen en het eindresultaat van de schoolbus? Volg Gabby en Roos op Instagram via [@whosthebus](https://www.instagram.com/whosthebus).



Frank Gorissen is sales engineer bij Victron-specialist [Stroomwinkel.nl](https://www.stroomwinkel.nl) en adviseert dagelijks mensen over gelijkstroomenergiesystemen in kleine ruimten, waaronder *tiny houses*, woonboten, jachten en woonbusjes.

ENERGIESYSTEEM TINY HOUSE

Klik hier



stroomwinkel.nl

Victron Verkoop & Service Center

PRESENT PRESENT
GEEF aandacht (ig)



Spullen zijn er genoeg. Waarom steeds iets nieuws kopen? Geef een **Present Present!**
Bijvoorbeeld iets van jezelf, van de kringloop, zelfgemaakt, een belevenis of gewoon je aanwezigheid. Met een Present Present geef je ook een **cadeau aan de wereld.**

Present Present wordt het nieuwe geven.
Doe jij mee?

Deel jouw Present Presents op www.presentpresent.nl of socials met **#geefpresentpresent.**



Wil je meer doen?
PAY IT FORWARD
Meer info, inspiratie en hulpmiddelen vind je op:

WWW.PRESENTPRESENT.NL



PADDENSTOELENMAN.NL

Meld je aan voor de
online workshop
Paddenstoelen Groeien

- paddenstoelen herkennen
- eetbare paddenstoelen groeien in eigen huis en tuin

klik hier!

ALLE ADVERTENTIES ZIJN INTERACTIEF. KLIK OP DE ADVERTENTIE VOOR MEER INFO.

NIEUW BOEK



SLIM RUIMTE-GEBRUIK³
Ruimte-innovatie op de vierkante mm

20 PIEPKLEINE BOUWSELS

MET UITGEBREIDE
BESCHRIJVINGEN, FOTO'S
EN ILLUSTRATIES



142 pagina's

- Wereldwijd unieke projecten
- Van hergebruikte graansilo tot iglo
- Van drijvend ei tot 3-d geprint huisje
- Van office pod tot uitklapvilla
- Mooie verhalen over bouwwijze en gebruik
- Prachtig beeldmateriaal
- Rijk geïllustreerd

U kunt het boek bestellen als epub en pdf bestand of als hard cover versie door een mail te sturen naar levenintuinen@gmail.com

BOUW JE EIGEN CAMPER

EEN BOEK VOOR DE ECHTE AVONTURIER



BOEK OVER CAMPER OMBOUW
19 hoofdstukken
vanaf aanschaf tot keuring

NU TE BESTELLEN OP
www.jantinascheltema.nl

BOORDEVOL TIPS & TRICKS
Elektriciteit, isolatie, verwarming etc.

BOEKEN

Books
Libros



RECEPTEN voor de *kan KONT niet keren*-keuken

Kampeertliefhebster Femke Creemers ergerde zich al een tijdje aan haar inspiratieloosheid in haar *ik kan er mijn kont niet keren*-keukentje van haar caravan. Dat kon toch niet waar zijn in haar leuke mini-keuken? Ze gooide het roer om en ging de uitdaging aan om eenvoudige en lekkere maaltijden te kunnen maken op 1 of 2 kookpitten en de barbecue met ingrediënten die je zelfs in de kleinste supermarkt wel kunt vinden.

Het resultaat is haar *Caravanity - Camping Kookboek* boordevol heerlijke simpele gerechten met foto's waar het water je al van de in de mond loopt. En er is meer, want er komen ook nog een aantal romantische caravans, campers en kampeerders voorbij.

Caravanity - Camping Kookboek

Simpele, snel en lekker!

Schrijver **Femke Creemers** Uitgeverij **Kosmos Uitgevers** EAN: **978-90-4392-401-6** Prijs: **€ 20,00**



ZELFVOORZIENEND en lokaal ETEN. Het kan!



Voedsel verbouwen en koken met liefde voor de aarde. Zells in de stad! Dat het kan, laat Kyra de Vreeze zien in haar nieuwste boek *Homegrown*. De lockdowns door Covid-19 opende zelfs de ogen van deze natuurgeneeskundige, die haar gezin al voedde met producten van de biologische boer. Nu de winkels gesloten waren vroeg ze zich af waar ze haar voedingsmiddelen nu moest halen. Tot haar schrik wist ze eigenlijk maar bar weinig van zaaien, verwerken en conserveren. Ze moest zelf aan het werk!

De nieuwe relatie met de aarde en planten gaf haar veel voldoening en veranderde haar dagelijks leventje. In *Homegrown* laat ze op een ontspannen manier de lezer zien hoe je met handen, hoofd en hart jezelf met lokale producten nagenoeg zelfvoorzienend kunt voeden.

Homegrown

60 recepten en ideeën voor lokaal, vitaal en zelfvoorzienend leven

Schrijver **Kyra de Vreeze** Uitgeverij **Kosmos Uitgevers** EAN: **978-90-2159-159-9** Prijs: **€ 22,50**



LEERZAME weetjes over PLANTAARDIG dieet

Er zijn inmiddels talloze boeken over veganistisch koken, maar welk effect heeft dit nu op je gezondheid en welzijn? Cardioloog Joel K. Kahn legt dit haarfijn uit aan de hand tientallen jaren ervaring in *De Plantaardige Oplossing*. Hij verhaalt over de verrassende verbanden tussen een veganistisch dieet en je libido, darmgezondheid en hersenchemie en laat je begrijpen wat er in je lichaam gebeurt, zodat je zelf kunt beslissen wat je eet en waarom. Zo kun je volgens de Amerikaanse arts je beter voelen, er beter uitzien en tegelijkertijd de planeet redden. Kahn heeft ook een 21-dagenmenu voor je samengesteld met 60 heerlijke recepten. Een boek zonder verleidelijke plaatjes, maar boordevol wetenschappelijke en leerzame weetjes over plantaardig eten.

De Plantaardige Oplossing

Creëer optimale gezondheid met een onbewerkt plantaardig dieet

Schrijver **Joel K. Kahn** Uitgeverij **Passie**
EAN: **978-94-9284-709-6** Prijs: **€ 24,95**



INTERACTIEF vogels leren kennen



Wonen in het groen met het zingen van de vogels om je heen. Het is een droom, die veel klein woners hebben gerealiseerd of willen realiseren. Dan is het natuurlijk ook wel zo leuk als je weet welke vogels je zo mooi toezingen. Nico de Haan en Elwin van der Kolk helpen je hierbij met hun *Virtuoze Vogelzang Gids*. Geen teksten met lachwekkende tijlps en tsie tsie tuuu tuuu's, maar een supermoderne interactieve gids met QR-codes, die je via internet de echt zang laten horen. Sneller vogels leren kennen kan haast niet!

De Virtuoze Vogelzang Gids

Stapsgewijs vogelgeluiden leren herkennen voor iedereen

Schrijvers **Nico de Haan & Elwin van der Kolk**

Uitgeverij **Kosmos Uitgevers**

EAN: **978-90-2159-059-2** Prijs: **€ 25,00**



Complete GIDS voor DUURZAAM interieur

Er zijn al boeken vol geschreven over het duurzaam bouwen van woningen, maar hoe maak je ook je interieur duurzaam. De Duitse interieurjournaliste Marion Hellweg portretteert in *The Green Life* een aantal pioniers die laten zien hoe zij hun huis duurzaam hebben ingericht.

Er komen interieurconcepten voor iedere kamer aan bod voor bewust wonen, een duurzame lifestyle, recycling en upcycling, slow living, zero waste en opbergen. Een handige gedetailleerde materialengids en webadressen van producenten en leveranciers van duurzame producten maken het tot een complete gids voor een gezond binnenklimaat met hout, bamboe, natuursteen, glas, metaal, natuurlijke vezels, papier, wol en textiel. De fraaie foto's zetten je nog eens extra aan om je interieur te verduurzamen.



The Green Life

Het woonboek voor een bewuster leven

Schrijver **Marion Hellweg** Uitgeverij **Terra** EAN: **978-90-8989-896-8** Prijs: **€ 20,00**



Inspirerende PLEKJES onder de HEMEL



Een dakraam om vanuit je bed naar de sterren te kunnen kijken is een geliefde keuze van *tiny house*-bewoners. Inspiratie die vaak is opgedaan tijdens avontuurlijke camperreizen of tijdens verblijven in recreatiehuisjes midden in de natuur. Voor wie zich ook wil laten inspireren voor zijn toekomstige huisje, maar niet het geld of tijd heeft voor een lange campertrip of in het wild gelegen vakantiehuisje kan lekker bladeren en lezen in *Slapen Onder De Sterren*. De makers van de Lonely Planet-reisgidsen hebben de mooiste overnachtingsplekken met zicht op de hemel in dit boek verzameld. Van ruige wildkampeerstekkie tot campings en heerlijke berg- en schuilhutten in het groen.

Slapen Onder De Sterren

De beste campings, hutten en wildkampeerplekken

Schrijver **Lonely Planet** Uitgeverij **Kosmos Uitgevers**

ISBN: **978-90-2159-067-7** Prijs: **€ 25,99**



Heerlijk BLADERBOEK met kleine gebouwen



Philip Jodidio is een autoriteit op het gebied van hedendaagse architectuur. Inmiddels zijn er talloze boeken van de hand van deze Amerikaanse schrijver verschenen, waaronder een groot aantal over kleine ruimtes, en duurzame en groene architectuur. In 2014 verscheen bij Taschen zijn boek *Small Architecture*, dat recent in een herziene versie in de boekwinkel ligt.

In *Small Architecture* laat Jodidio kort, maar krachtig, een groot aantal kleine gebouwen van architecten over de gehele wereld de revue passeren. Van stadswoningen tot strotutjes. Ter lering en vermaak voor iedereen die klein en duurzaam wonen hoog in het vaandel heeft staan. Japan is de hofleverancier in dit heerlijke bladerboek, maar er staan ook 7 kleine gebouwen in Nederland en België in het boek, dat met zijn toepasselijke formaat van slechts 14 x 19,5 cm moeiteloos een plekje kan hebben bij iedereen die al klein woont. Wij mogen je op de volgende pagina's alvast een voorproefje in beeld geven.

Small Architecture

Schrijver **Philip Jodidio** Uitgeverij **Taschen** EAN: **978-38-3654-790-1** Prijs: **€ 16,00**



WEGDROOMBOEK nu ook in NEDERLANDS

In onze vorige editie schreven we al dat je ook thuis heerlijk kunt wegdromen met het rijk geïllustreerde boek *Cabin Fever*. Toen moesten we het nog wel doen met teksten in het Engels. Nu is er vanaf half juni een prachtige uitgave in het Nederlands!

Dit mooie en lijvige boek met koffietafel-allures laat je vanaf de eertse pagina heerlijk wegdromen aan de hand van betoverende *tiny houses*, hutten en *hideaways*. Gelegen in bloeiende bossen, aan watervallen of op de top van een berg zijn het stuk voor stuk in het paradijs gelegen optrekjes waar je het liefst voor altijd blijft wonen. En niet alleen maar in Verwegistan, want er komen ook enkele droomhuisjes in Nederland in voor.

De geweldige huisjes op bijzonder plaatsen ver van de stad worden prachtig en uitgebreid in beeld gebracht, zoals we van de boeken van Gestalten gewend zijn.



Cabin Fever

Betoverende, afgelegen hutten en andere moderne schuilplaatsen

Schrijver **Stephanie Wade** Uitgeverij **Kosmos Uitgevers** EAN: **978-90-4392-387-3** Prijs: **€ 39,99**





> Huisjes van 20 m2 in het Mexicaanse wijndistrict Valle de Guadalupe.



© Robin Falck / TASCHEN

> Huisje Nido in het Finse Sipoo.



© Aly van der Mark / TASCHEN

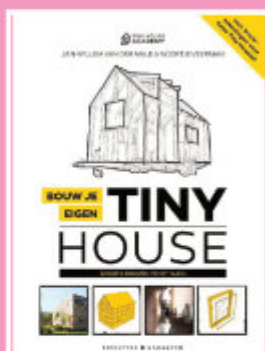
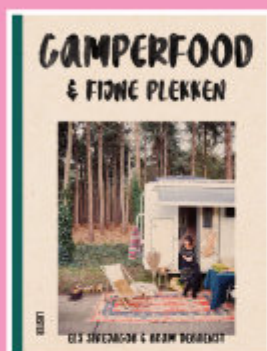
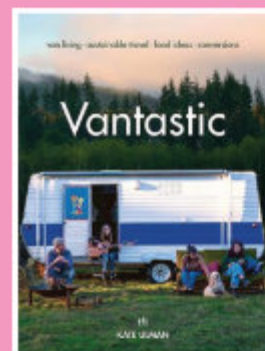
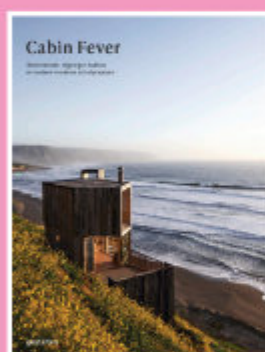
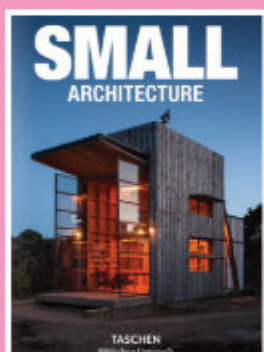
> Het Brinta House Vijversberg in het Friese Tytsjerkj.



> House 77 in het Portugese Póvoa de Varzim.

MEER LEZEN OVER KLEIN WONEN?

Klik op een boek om naar onze webshop te gaan



WEBSHOP

MAGAZINES - TINY THINGS - BOEKEN

Neem eens een kijkje. [KLIK HIER](#)

BUITENMENSEN

BUSLEVEN

SANNE DODEMONT



© Sanne Dodemont

Zoals al vaker gezegd, vinden wij het moeilijk om stil te zitten en proberen wij met man en macht uit de greep van de dagelijkse sleur te blijven. Dat heeft dan ook geleid tot ons besluit om in een oude Mercedes Sprinter ons thuis te vinden.

Ondanks de heerlijke tijd die we hierin tot nu toe al hebben mogen beleven, is het wel gebleken dat zo'n bus een tikkeltje krap kan zijn voor 2 volwassenen en een hond die te vergelijken is met een pasgeboren kalf. Op koude, regenachtige dagen kan dat krappe hutje ineens heel knus zijn, maar in de zomerhitte voelen wij ons soms net een zak magnetronpopcorn. *Ready to pop!*

Wil ik hiermee zeggen dat we misschien toch weer liever terug zouden willen naar hoe het was en ons settelen in een appartementje op 3 hoog? Ha, nee echt niet! Onze bus is ons thuis! Maar een eigen plekje waar we ons soms terug kunnen trekken zonder anderen tot last te zijn (en andersom), dat zou zeker niet vervelend zijn. Bouwgrond is hierin nooit een optie geweest, want dat kost nogal wat en vastzitten aan een plek is niet wat we willen. Gelukkig voor ons was een stukje Limburgs bosgrond zeer betaalbaar en een mooie investering voor de toekomst. Na een paar maanden (on)geduldig wachten was het zo ver: ons eigen stekkie!

Midden in niemandsland, omringd door velden en bossen ligt ons kleine paradijsje. Waar we onze zomers in de schaduw van de bomen kunnen doorbrengen en tot laat om het kampvuur kunnen zitten. Waar we ons echt kunnen terugtrekken van de hectiek van het



© Sanne Dodemont

leven als we voelen dat dat nodig is. Maar het allerbelangrijkst, waar Benny zonder zorgen los kan lopen en zijn botjes zo vaak als hij maar wil kan ingraven.

Het bos is nog jong, pas 15 jaar geleden aangelegd nadat dit een tijd gediend heeft als landbouwgrond. De bomen waren nogal dicht op elkaar geplant. Iedere vierkante meter stond er wel een: een berk, een eik of een beuk. Er moest dan ook erg veel werk verricht worden om het bos uit te dunnen en er voor te zorgen dat onze jonge bomen, net als wij, een beetje meer ademruimte kregen. Zodat zij groot en sterk kunnen worden.

Als bouseigneur heb je wel een herplantingsplicht. En terecht. Dus voor iedere zoveel gekapte bomen, planten we een nieuwe. Het liefst een die het hele jaar groen blijft, zoals de meeste dennenbomen. Zo hebben we ook in de wintermaanden, wanneer alle bladeren van de bomen zijn gevallen, een beetje beschutting van weer, wind en nieuwsgierige wandelaars. Waar we ons op de open plek in het midden van het bos met een kopje thee achter kunnen verschuilen, terwijl we onze handen en voeten warmen aan het kampvuur.

Wonen in het bos, ook al is het jouw bos, mag niet. Voor ons maakt dat gelukkig ook niet uit. Te lang op een plek stilzitten kunnen wij toch niet. Zoals ik al zei, onze trouwe bus is ons thuis en dit bos is het stukje achtertuin dat echt alleen van ons is. Na heel wat kappen, hakken, zagen, graven, planten, takken sjoeven, houtwallen aanleggen, handen vol blaren en een overdosis liefde staat het bos er weer in volle glorie bij. Er staat zelfs een zelfgebouwde picknicktafel. Helemaal klaar voor nieuwe avonturen en het maken van nieuwe herinneringen. Laat nu die zon dus maar komen. Wij zijn er klaar voor!



Sanne Dodemont woont met haar vriend Daniël en trouwe viervoeter Benny in een zelf omgebouwde woonbus. De voormalig verpleegster mist haar oude leventje met de voortdurende druk om de dure huur van hun appartement te betalen totaal niet en geniet met volle teugen van haar nieuwe vrijheid. Voor Klein Wonen Magazine schrijft zij ieder kwartaal over het leven in hun woonbus. Dat doet zij overigens ook op haar [instagramblogsite happycampersnl](#) >



„Ik **LEEF** met de dag
en dat bevalt
SUPER GOED!”

INTERVIEW

De sabbatical van Astrid duurt maar kort. Ze weet na enkele weken al dat ze de vrijheid van het wonen en reizen met haar camper niet meer wil missen. Elke dag van haar vanlife met haar hond Tes is een cadeautje, dat zij nieuwsgierig uitpakt. Blijven ze nog even staan of gaan ze verder? Astrid laat het allemaal over zich heen komen. Heerlijk vindt zij dat, want plannen is aan haar toch niet echt besteed.



De 45-jarige voormalig horecamedewerkster ervaart haar nieuwe leven momenteel nog als een hele lange vakantie. Astrid reis nu door Zuid-Europa. Ze leeft van haar spaargeld, dat door de verkoop van haar huis een flinke buffer is. Moeite om haar dagen te vullen heeft ze beslist niet. Hobby's genoeg! „Ik loop ontzettend veel met mijn hond, ik blog, ik reis, ik leer mezelf momenteel Spaans en gitaar spelen, ik sport nog een beetje en daarmee zit mijn dag meestal wel vol”, lacht de kersverse vanlifer, die nooit goed is geweest in vooruit denken. „Ik plan bijna niks. Ik heb ondervonden dat ik me er toch nooit aan houdt. Ik hou van de spontaniteit van kunnen blijven of toch beslissen om weg te gaan. Ik wil zoveel mogelijk doen waar ik op dat moment zin in heb.”

Niks plannen lijkt geen probleem als vrije vogel, maar toch zijn er ook in een busleven zaken waaraan je vooraf maar beter even over kunt nadenken, heeft Astrid gemerkt. „Er zijn wel een aantal dingen die ik voor elkaar moet hebben. Ik weet dat ik eens per 2 weken ongeveer gas moet tanken, ik moet om de 4 dagen ergens mijn toilet legen en ik doe een weekje met water. Daarnaast heb ik een voorraadje houdbare boodschappen voor het geval er geen winkel in de buurt is. Dat zijn de enige dingen die ik

op orde moet hebben om relaxt te kunnen reizen. Inmiddels heb ik daar een soort ritme in gevonden en gaat dat eigenlijk vanzelf.”

Nog geen jaar geleden ziet het leven van Astrid er nog heel anders uit. Ze heeft een fulltime baan en een heerlijk huis met grote tuin en heeft naar eigen zeggen echt helemaal niks te klagen. „Het was een te gekke plek. Het lag vrij en ik had een weilandje met schaapjes en kippen en een grote moestuin. Die fantastische tuin vroeg wel ontzettend veel onderhoud. Naast een fulltime baan was dat eigenlijk teveel waardoor ik er niet zo van kon genieten. Steeds als ik wilde gaan zitten in een heerlijke zonnestoel zag ik weer iets dat gedaan moest worden. En om

het huis te betalen moest ik wel fulltime blijven werken. Ik kreeg steeds meer het gevoel dat ik echt vrij wilde zijn. Kortom, het moest anders. Ik wilde kleiner!”

In de huidige oververhitte huizenmarkt blijkt het verkopen van haar huis geen enkel probleem. In no time is er een koper en heeft zij nog 6 weken om iets anders te zoeken. Ze bekijkt kleinere woningen en appartementen, maar wordt er niet echt blij van. „Een redelijk geprijsd appartement was ook moeilijk

„Ik houd van de spontaniteit van kunnen blijven of toch weg te gaan”



> Tussen de Franse wijngaarden.



© Vanilfretwines.nl



> De bus is gepimpt en klaar!



© Vanlifewhites.nl

te vinden en ik had er ook niet zo'n lekker gevoel over. Weer een hele woning! Een *tiny house* leek mij te gek, maar waar zet ik die neer? Dat blijft toch een uitdaging", schetst Astrid haar dilemma. Ze denkt nog aan een tijdelijke caravan om nog eens rustig verder te kunnen kijken, maar de herinneringen aan haar vakanties met haar camperbusje laat het kwartje vallen. „Ik wilde graag zelf een bus ombouwen naar camper, maar dat ging in 6 weken natuurlijk nooit lukken. Dus naar een camperzaak. Bij de tweede zaak zag ik al mijn pareltje: een Hymer Exsis T580. Het voelde gelijk als thuis. Ik zag mij er zo in leven. Gezellig en relaxt. Geen lange *to do lists* meer, weinig spullen, klein, compact en overzichtelijk, maar toch van alle gemakken voorzien. Met wat plantjes opleuken en klaar! Ik besliste direct. En het mooie is, als je niet meer terugkijkt en niet meer gaat vergelijken met andere campers, dan blijft je keuze de meest perfecte. Hij is 7 meter lang, 2,20 meter breed en 2,80 meter hoog. Groot genoeg om comfortabel in te wonen, maar nog wel wendbaar en makkelijk te parkeren. Hij is van de meeste gemakken voorzien. Douche, toilet, 3 pits kookstel, grote koelkast, LPG-aansluiting, zonnepaneel, extra accu's, een omvormer en een hele fijne ringverwarming. Ik ben er super blij mee.”

„Of het nu op een camping, parkeerplaats of vrij in de natuur is, het bevalt me prima”

In de buurt van haar woonplaats vindt ze met een jaarplaats op een camping haar nieuwe woonplekje. Astrid geniet direct enorm van haar *vanlife*, maar er blijft iets knagen. „Ik had alles voor elkaar. Klein en flexibel wonen, lage lasten en de overwaarde van mijn huis als spaarpot, maar het enige wat veranderd was, was dat ik na mijn werk niet naar de ene maar naar de andere plek naar huis reed. Dat kon toch niet

de bedoeling zijn van al die gecreëerde vrijheid!” Om haar verworven vrijheden echt te vieren besluit Astrid een sabbatical van een half jaar te nemen om erop uit te gaan met haar camper en te genieten van alles wat leuk en mooi is.

Op de camping maakt zij haar woonbus eerst nog even helemaal naar haar zin met wat ruimte creërende veranderingen en een legergroenachtige *wrapping*. „Hierdoor valt hij op, maar ook weer niet. Als ik vrij wil staan dan zie je hem niet zo goed op een donkere plek. Wat fijn is als ik wil wildkamperen. Doordat hij zo anders is merk ik dat ik veel aanspraak heb en zo vele leuke mensen ontmoet. Iedereen vindt er wel wat van. Sommigen vinden hem te gek, zoals ik, en sommigen vinden het maar niks. Wat ook prima is. Juist fijn dat er zoveel verschillende mensen zijn. Verder heb ik wat extra plankjes in de kastjes gemaakt waardoor ik efficiënter kon indelen. De kasten zijn meestal best hoog dus als je er een plankje in maakt heb je dubbel zoveel ruimte. En ik heb opvouwbaar pannen gekocht. Dat vond ik wel makkelijk aangezien pannen best veel ruimte in beslag nemen. Als laatste heb ik er plantjes in gezet en wat persoonlijke spullen opgehangen. Zo is het echt mijn thuis geworden.”

Astrid rijdt met Tes en haar nieuwe huisje naar de zon in Zuid-Europa en is vanaf dag 1 verknocht aan het *vanlife*. „Zo klein wonen bevalt me super goed. Of het nu op een camping is, op een parkeerplaats of ergens vrij in de natuur, het bevalt me prima. Dat komt omdat de camper echt alles heeft wat ik nodig heb. Voldoende elektriciteit, voldoende gas om te koken, een fijne douche. Ik mis dus niks als ik ergens





ben. Het enige wat ik gemerkt heb is dat ik bij mooi weer graag op een camping sta omdat je daar heerlijk buiten kunt zitten. Dat is op een camperplaats of andere parkeerplaats nog wel eens lastig, maar ik vind de afwisseling leuk. Soms op de allermooiste plekjes wild staan, soms op een verdrietige camperplaats maar wel dicht bij de stad en soms de gezelligheid en het buitenleven op een camping. Van alle manieren kan ik ontzettend genieten."

Ook haar kleinere voetafdruk op onze aarde vindt Astrid een heel fijn gevoel nu ze klein woont, maar ze beseft dat het met een camper niet ideaal is. „Ik ben er voor mijn campertijd ook wel mee bezig geweest. Zonnepanelen op mijn huis, extra isolatie en vegetarisch en vegan eten. Nu dus weer een stapje verder. Ik consumeer minder en verbruik minder energie, maar ik besef me dat ik alles behalve perfect ben. Ik reis te graag. En reizen is natuurlijk nooit goed voor het milieu tenzij je op de fiets of te voet gaat. Ik praat het voor mezelf goed dat ik een dieselauto Euro 6 rijd en een *slow traveler* ben, maar daarmee hou ik mezelf wel een beetje voor de gek. Perfect zal ik nooit worden, maar ik doe mijn best."

Astrid reist samen met haar trouwe viervoeter Tes lekker rond ook al heeft een hond in een woonbus ook zo zijn nadelen. „*Vanlife* met een hond vind ik geweldig. Ik reis altijd alleen en ben dus veel alleen. Ik kan daar goed tegen en vind het zelfs vaak heerlijk, maar met een hondje is dat alleen zijn wel veel gezelliger. Dat is misschien wel het verschil tussen eenzaamheid en alleen zijn voor mij. Tes zorgt er ook



voor dat ik veel loop, wat erg gezond is, en dat ik op plekken kom waar ik anders niet zo snel naartoe zou gaan. Ook heb ik door haar veel aanspraak. Mensen die haar even komen aaien. Ze is een echte magneet. Het heeft natuurlijk ook nadelen. Zo is een natte hond in de camper geen feestje en kan ik haar in een warme camper niet achterlaten. Maar ik pas me graag aan. Ik vind de voordelen heel veel groter dan de nadelen."

Hoewel Astrid het vakantiegevoel geweldig vindt en het met haar spaargeld nog een flink tijdje kan uitzingen is werken voor haar geen vies woord geworden. „Ik vind werken hartstikke leuk, dus dat ga ik zeker weer doen. Alleen dan iets wat ik kan combineren met deze levensstijl. Ik heb al een keer een *Workaway* gedaan van een paar weken. Dat vond ik echt heel leuk om te doen. Lekker fysiek bezig zijn op een *organic farm* in Portugal. Je ontmoet er andere reizigers, wat vele gezellige avondjes op kan leveren. En het klinkt gek, maar het is best fijn om je wakker weer eens te zetten. Dan waardeer je de vrije dagen daarna weer extra. Het is een goedkope manier van reizen waardoor je langer met je spaargeld kunt doen. Een echte aanrader dus. Ik ga mezelf ook omscholen zodat ik het reizende leven in een camper met het werkende leven kan combineren. Zo ben ik gaan bloggen over mijn *vanlife*. Aangezien het reizen me in het bloed zit en het schrijven misschien ook

wel, zoek ik iets waarmee ik beiden kan combineren. Misschien iets als copywriting."

In korte tijd is Astrid dus als een blok gevallen voor het *vanlife*. „Het is een hele goede keuze geweest. Ik geniet met volle teugen. Ik houd van dit eenvoudige, maar vrije leven. Vind het echt te gek. Ik leef met de dag en dat bevalt me super goed. Het grappige van wonen in een camper is als je in de avond je

gordijnen dicht doet dan ben je thuis en heb je je omgeving haast niet meer in de gaten. Ik zit dan in mijn eigen bubbel. Soms als ik in de ochtend wakker word moet ik uit het raam kijken om te zien waar ik ook alweer sta. Ik ben altijd thuis waar ik ook ben.

Voorlopig blijf ik zeker in mijn bus wonen, maar voor hoe lang dat weet ik niet. Dat kan nog een jaar zijn, maar ook 10 jaar. Je hoort het al, hè? Plannen is niet mijn ding!"

„Als je de gordijnen dicht doet, ben je echt thuis en heb je je omgeving niet meer in de gaten”

INSPIRERENDE BLOGS

Als een min of meer verplicht dagboek voor zichzelf en haar vrienden en familie begon Astrid aan het begin van haar *vanlife* met het schrijven van blogs. Na enkele maanden bloggen en enthousiaste reacties op social media vindt zij het nu erg leuk om te doen. Ze kijkt heel anders de wereld in. Nu schrijft zij veel uitgebreider over haar busleven en alles wat daar bij komt kijken. Absoluut een heerlijke inspiratiebron voor wie ook over een *vanlife* droomt. Je vindt haar verhalen op vanlifewiththes.nl. >>



ZO VIND JE DE MOOISTE PLEKJES

© amelandfoto.nl



JANTINA'S
VANLIFE

We willen allemaal op de fijnste plekjes logeren. Die perfecte spots, waar je je helemaal op je plek voelt. Dat is natuurlijk voor iedereen iets anders. Misschien houd jij wel van een festivalcamping waar 's avonds live muziek is. Of de perfecte camping samen met je kinderen met een animatieteam en een zwembad. Maar voor mij is de perfecte plek ergens waar rust en ruimte is.

En voor die rust en ruimte offer ik gerust van alles en nog wat op. Zo sta ik bijvoorbeeld heel graag op een plekje midden in de natuur, liefst wild kamperend in bijvoorbeeld Noorwegen of Schotland. Er is niemand in velden of wegen te bekennen. Dat daar dan geen sanitaire voorzieningen zijn vind ik helemaal niet erg!

In Nederland staan we graag op boerencampings of natuurcampings. Gezellig in een boomgaardje, bij de boer kunnen we zelfgemaakte appelsap kopen en het schuurtje is omgebouwd tot sanitair gebouw. De Natuurkampeerterreinen met het groene boekje of de kampeerterreinen van Staatsbosbeheer zijn ook prachtig! Je wordt 's ochtends wakker met het geluid van veel vogels en met een beetje geluk mag je er 's avonds een fikkie stoken.

Maarrrrrr wáár vind je dan die perfecte plekjes? Hier wat tips:

- **Kletsen met andere kampeersers.** Dat is toch wel de gezelligste manier. Je wisselt ervaringen uit en ontdekt zo bijzondere plekjes met de leukste dingen om te doen.

- **Camping apps.** Ze zijn er in allerlei uitvoeringen. Ik gebruik Park4night en Campercontact. Beide apps werken gemakkelijk, je kunt er reviews lezen waarin ook vaak tips staan voor de omgeving van de camping. Ik gebruik deze apps vooral graag als we op doorreis zijn. Bijvoorbeeld als we nog ongeveer een uurtje willen rijden en op de telefoon te kijken naar camperplekken in de buurt.

- **Google maps.** Met simpele zoekopdracht in de google maps-app: camping. Daarmee vind je allerlei campings in de buurt waar je dan bent of waar je naar toe gaat. Contactgegevens of

© amelandfoto.nl





© amelandfoto.nl



© amelandfoto.nl

een website heb je direct 'onder je duim' dus dat is ook handig.

- **The good-old internet** en allerlei **social media**. Die gebruik ik niet zo zeer *on the road*, maar wel voordat ik op reis ga. Soms kom je op je Instagram een prachtig plekje tegen. Die sla ik dan op voor later. Of ik kijk op pagina's als campspace.com, bijzonderecamping.nl of doe een zoekopdracht naar een website voor het land waar ik naar toe ga reizen. Soms zijn er ook apps met kampeerplekken van het land zelf. Kan ook handig zijn!

- Wat ik ook erg leuk vind is het lezen van **blogs**. Persoonlijke verhalen van kamperende mensen. En zo deel ik dan ook weer graag mijn favoriete plekjes op mijn blog, want: voor wat, hoort wat.

Soms dénk je de perfecte plek gevonden te hebben. Een klein veldje met een vuurplek, er stroomt een kabbelend beekje verderop en een grote steen om

op te zitten. Om ons heen rijzen hoge bergen op en het uitzicht is geweldig. 's Avonds steken we de barbecue aan, genieten van de geluiden van de natuur en maken nog een wandelingetje door de omgeving. We komen helemaal niemand tegen. Tot we diep in de nacht wakker worden doordat onze camper heen en weer schudt. We horen dat er om onze camper heen gelopen wordt en we horen bellen. Koeienbellen! En die koeien vinden onze camper perfect om tegen aan te schuren, tegen te duwen en eraan te likken. Blijkbaar heeft een camper een bijzondere aantrekkingskracht op koeien, want uiteindelijk zijn we een stuk verderop achter een veerooster gaan staan om daar verder te slapen. Op een onooglijk stukje terrein, maar we hebben wel lekker rustig geslapen. Zonder koeien.



Jantina Scheltema wist tot voor enkele jaren niet eens dat je zelf ook een camper kon bouwen. Nu woont de Amelandse bruidsfotografe regelmatig in een, samen met haar man Marco

omgebouwde, Fiat Ducato en geeft zij op haar website jantinascheltema.nl *vanlifers* tips over het zelf bouwen van een camper. Ze heeft er zelfs een boek over geschreven: *Bouw je eigen camper*. Jantina zwerft het liefst door Noorwegen, maar woont soms ook in haar camper tijdens een fotoklus op het vasteland. Naast fotograferen en *camperen* wil zij vooral mensen inspireren om van de wereld te genieten.





ELKE VRIJDAG VAN 12.00 - 17.00 UUR

Kom naar hartenlust rondzwerven en genieten van al het groen in onze Mengelmoestuin, waar wij op natuurlijke wijze fruit en kruiden telen. Op ons binnenpleintje serveren wij plukthee van de tuin, koffie en huisgemaakte baksels. Tevens is ons winkeltje geopend waar je bijzondere jam van eigen fruit & kruiden kunt proeven en kopen.



Lekdijk Oost (naast 44) - tussen Bergambacht en Ammerstol

www.mengelmoestuin.com

Puur Suzanne

FOOD & LIFESTYLE

Inspireert je om vaker plantaardig te eten. Dit doet zij door makkelijke en lekker plantaardige recepten met je te delen, ook geeft ze je praktische tips en gaat ze op zoek naar de leukste hotspots voor jou.

VAKER
PLANTAARDIG!

Plantaardig en gezond koken hoeft niet ingewikkeld te zijn. En dat wil zij je met haar boek laten ervaren. Kortom: gezond eten is leuk, lekker en makkelijk!



- Life's too short to eat bad food -



ALLE ADVERTENTIES ZIJN INTERACTIEF. KLIK OP DE ADVERTENTIE VOOR MEER INFO.

De tijd waarin we nu leven vraagt bij uitstek om trager, kleiner, minder en dichterbij de natuur.

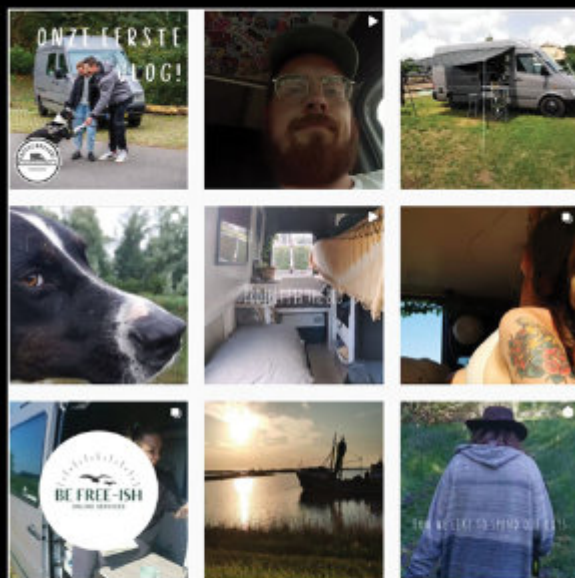
Mevrouw Onkruid inspireert om dit 'klein geluk' te leren waarderen. Om dichterbij de natuur en jezelf te leven. Zelf te maken, precies genoeg, ambachtelijk, met minder afval, wildplukken, voedselbos, permacultuur, kruidengeneeskunde en kringloop tuinieren.

Middels jaaropleiding, kruidenweken en levendige instagram verhalen deelt ze haar kennis en ervaringen.

www.mevrouwonkruid.nl mevrouwonkruid



VOLG ONS VANLIFE



Wij zijn Sanne en Daniel. Graag delen wij ons fulltime vanlife in Nederland met jullie, voor de leuk, maar misschien ook om je te inspireren!



Lisanne woont klein in de stad met fikse tuin en stadspark om de hoek

„Ik heb mijn MOMENTJES in de natuur ECHT NODIG”



Lisanne Dingemans is een echt natuurmens, maar houdt ook van het stadsleven. Haar appartementje in het hartje van Bergen op Zoom is dan ook een schot in de roos, want het heeft een 11 meter diepe tuin en ligt op 2 minuten lopen van het stadspark. „Toen dit huisje op mijn pad kwam, vond ik het direct perfect. Zo’n flinke tuin in het centrum is zeldzaam!”



> Lisanne wandelt graag in het stadspark.

Het huurappartement van Lisanne heeft een woonoppervlak van 35 vierkante meter en bevindt zich in een groot gesplitst huis in het centrum. „Lekker compact dus”, lacht Lisanne. „Doordat mijn appartement aan de achterzijde ligt, heb ik als enige toegang tot de tuin.” Zowel het huis als de tuin ogen nogal verwaarloosd als de Brabantse voor de bezichtiging naar binnen stapt, maar ze heeft meteen een goed gevoel. „In de tuin stond heel veel onkruid en geen bloemen, maar ik zag er potentie in. Na 3 stappen te hebben gezet in het huisje wist ik dat dit ‘m zou worden.”

Samen met haar ouders toverden ze haar appartement tot haar eigen paleisje. „Mijn woning heeft eigenlijk alles wat je nodig hebt. Ik heb een slaapkamer, die groot genoeg is voor een bed en een kast, een klein keukentje, een opbergruimte voor jassen, een badkamer met douche en een woonkamer. In de woning heb ik een nieuwe vloer gelegd en voordat ik erin trok heeft de verhuurder alles wit laten schilderen met zwarte details op de oude balken in de woonkamer. Dit maakt de woning karakteristiek en vind ik erg mooi. De witte basis vond ik prima, omdat ik veel kleur heb gebruikt in mijn interieuraankleding.”

Lisanne is dan ook trots op wat zij en haar ouders van haar huisje hebben gemaakt. „Vooral op het feit dat het ondanks een huurwoning echt voelt als een thuis. Ik vind het altijd jammer als mensen die huren niets doen om het enigszins gezellig te maken. Voor

mij is thuis een hele belangrijke plek. Een plek waar ik mezelf terug kan trekken en kan opladen. We hebben de keuken best flink aangepakt en mijn badkamermeubel heb ik ook gepimpt. Toen ik er introk was er in de badkamer alleen een hangende wasbak zonder ombouw. Als vrouw heb je daar natuurlijk helemaal niks aan. Ik moest natuurlijk wel ergens mijn voorraad aan verzorgingspullen kwijt kunnen”, vertelt de 25-jarige zelfstandig ondernemer, die andere ondernemers helpt bij het verbeteren van hun online zichtbaarheid op sociale media.

„Als alles in bloei staat is het echt een kleurrijke bedoening”

De tuin nemen Lisanne en haar moeder ook fors onder handen. „De huurbaas heeft gelukkig nog even flink gesnoeid, daarna zijn we zelf aan de slag gegaan. Mijn moeder heeft echt groene

vingers en heeft me geholpen om een moestuinbak te maken en bloemperkjes te planten. Als alles in bloei staat is het echt een kleurrijke bedoening. In het voorjaar heb ik 2 gigantische bloesembomen in bloei staan. Dit wist ik niet toen ik destijds in november de woning ging bezichtigen, maar later kwam ik er dus achter dat ik een mooie witte en roze bloesem had staan. Helaas bloeien ze maar kort en heb je er meer rotzooi van dan plezier, maar die 2 weken dat ze mooi in bloei staan ben ik altijd extra aan het genieten van mijn tuin.”

De bloemperken zijn ieder jaar weer een verrassing voor Lisanne. „Ik heb aan de rechterkant van de tuin een strook met wilde bloemen. Eigenlijk heb ik geen



> Vanuit haar appartementje kijkt Lisanne zo haar tuin in.



> Lisanne is dol op moestuinieren in haar 1 meterbak.



> Lisanne heeft overal zitjes gemaakt in haar tuin..



Lisanne werkt graag in haar tuin.

© Klein Wonen Magazine/Ronald Lammers

idee wat ik er samen met mijn moeder in heb gestopt en is het ieder jaar weer een verrassing wat er nog naar boven komt. Het enige wat ik weet is dat ik tegenover de slaapkamer gladiolen heb staan. Dat is naast bloesem een van mijn lievelingsbloemen en deze ga ik ook vaak in de zomer plukken bij een pluktuin in Bergen op Zoom. Verder is het van alles en nog wat!" Eten uit eigen tuin vindt de jonge Bergenaar erg leuk en het zaaien en zorgen voor de oogst geeft haar een ontspannen en gezond gevoel.

„In de moestuin verbouw ik voornamelijk sla en kruiden. Dingetjes die snel groeien. Vorig jaar had ik ook bloemkool en broccoli, maar dat duurde me toch te lang voor een zo'n dingetje. Vorig jaar was de eerste keer en dat was een goede oogst dus ik ben benieuwd wat er deze zomer allemaal uitgehaald kan worden. Sowieso aardbeien!"

Het tuinleven is voor de zzp-er niet alleen maar ontspanning. Ze is er ook vaak te vinden met haar laptop om te werken. „Als de zon een beetje schijnt werk ik graag buiten. Hier heb ik verschillende zitjes voor gecreëerd. Ik heb wel een eigen kantoor, maar de dagen in de tuin, zeker met warm weer, zijn een hele *chille* afwisseling. Alleen klanten ontvang ik toch liever buiten de deur. Ik deel al zoveel van mijn leven online dat mijn huis toch enigszins een beetje privé

blijft", glimlacht Lisanne, die niet echt een lievelingsplekje in haar tuin heeft. „Ik zit overal wel graag. Doordat ik verschillende zitjes heb gecreëerd, zit ik overal wel op mijn plek." Tussendoor geniet zij dan van haar buitenomgeving. „De poezen van de burens lopen regelmatig over de stadsmuren, dat vind ik niet erg. Ik ben echt een dierenvriend, dus daar heb ik geen last van. Verder vliegen er veel vlinders, vliegjes en vogeltjes door de tuin. Het lekkerste is, als ik wakker wordt en de

slaapkamerdeur naar buiten openzet, ik de vogels hoor fluiten. Het stadspark is echt vlakbij, waardoor er vele verschillende vogels over vliegen."

„Werken in de tuin, vooral bij warm weer is een *chille* afwisseling"

Naast moestuinieren, yoga- en Pilatesoefeningen en fotograferen houdt Lisanne vooral ook van wandelen en mountainbiken. „De natuur is heel belangrijk voor mij. Gezien mijn jonge leeftijd heb ik best wel bijzondere gewoontes. Ik ga namelijk graag wandelen in het bos of in het park. Ook ben ik met regelmaat met mijn mountainbike op pad. Juist omdat ik dus midden in de stad woon, zoek ik echt graag de rust op. Mijn tuin is wel zo fijn mogelijk ingericht maar de geluiden en prikkels van de omgeving zijn niet tegen te gaan." Voor meer rust hoeft de natuurliefhebber niet ver de deur uit, want het stadspark ligt op slechts 2 minuten loopafstand. „Ik probeer dagelijks een rondje door het park te



© Klein Wonen Magazine/Ronald Lammers

> Lisanne in de zithoek bij haar buitenkachel, waarin ze graag marshmallows smelt.



© Klein Wonen Magazine/Ronald Lammers

> Lisanne heeft als enige bewoonster toegang tot de tuin.



© Lisanne Dingemans





> Lisanne wandelt regelmatig in het stadspark, dat op 2 minuten lopen van haar huisje ligt.

doen. Vaak 's ochtends vroeg heb je daar echt een mooie zonsopgang en ik vind het leuk om tijdens alle seizoenen de verschuiving van de natuur te zien. Laatst toen ik er weer doorheen liep waren er baby-eendjes. Dat vond ik erg leuk om te zien. Er lopen ook veel enge ganzen, die vind ik altijd minder leuk. Voor de rest wordt er veel gevestigd en heeft de gemeente wel wat mooie bloemen geplant. Het is niet het mooiste stadspark, maar ik ben blij dat het er is."

Rond het iets verder van haar huisje gelegen strandje van de Binnenschelde is Lisanne eveneens regelmatig te vinden om te wandelen, hardlopen of skeeleren. „Een rondje om het meer is iets van 7 à 8 kilometer, dus goed te doen! Ik geniet buiten vooral van de rust en stilte. We zijn zo gehaast in het dagelijkse bestaan dat ik mijn momentjes in de natuur ook echt nodig heb. Ik heb wel eens voor de grap een *challenge* met mezelf gedaan om iedere dag het bos te bezoeken. Aan het einde van die week raakte het niet verveeld en ervaarde ik ook veel meer kalmte gedurende de week. Nu komt dit misschien ook omdat ik dus veel online werk en daardoor veel tijd achter een scherm doorbreng. Het buitenleven is een fijne tegenhanger

om meer in het moment te zijn en het werk even achter me te laten."

Voor de toekomst droomt Lisanne van een mooie oude opgeknapte boerderij aan de rand van een stad. „Met heel veel rust! Als ik drukte wil dan zoek ik het wel op. Ik zou het heel leuk vinden om in de

toekomst nog meer groente en fruit te gaan verbouwen, zoals mijn ouders dat ook thuis hebben. Op de moestuin van mijn moeder ben ik wel een tikkeltje jaloers! Maar goed ze steekt er ook heel wat tijd in. Ik wil in ieder geval later een flinke grote tuin in een beboste

omgeving. Het zou leuk zijn als ik wat dieren zou houden. Sowieso een hond zodat ik me ook veilig voel, maar ook kippen, schapen en een ezel zijn welkom. Van mij mag het een gezellige beestenboel worden. Ik wil in ieder geval een fijne plek creëren zowel binnen als buiten. Ruimte vind ik iets minder belangrijk, want nu heb ik het op 35 vierkante meter ook prima naar mijn zin. Minder spullen zorgen ook voor minder ruis en daar worden we allemaal wel wat blijer van. Voor die boerderij ben ik hard aan het werken en sparen en m'n *moodboard* op Pinterest staat al klaar om uitgevoerd te worden!"

„Het buitenleven is een fijne tegenhanger om meer in het moment te zijn"



> Lisanne is blij met het stadspark naast haar deur voor haar natuurmomentjes.

OMWENDING



Mariëlle Herreveld doet het liefst wat haar hart haar ingeeft. Rond de eeuwwisseling hadden Mar, zoals ze zichzelf het liefst noemt, en haar man Gerbrand tabak van altijd maar weer beter, mooier en meer. Ze wilden roeien met de riemen die ze hebben. Die riemen vonden zij op een mooi stukje land in Ammerstol, dat zij omdoopten tot De Mengelmoestuyn. Nu leven ze zoveel mogelijk zelfvoorzienend met en van hun land. Zij laten anderen daar ook van proeven door hun moestuin, boomgaard en voedselbos in het seizoen elke vrijdagmiddag open te stellen voor het publiek en hun zelfgemaakte producten te verkopen op markten. Voor Klein Wonen Magazine schrijft Mar ieder kwartaal over het wel en wee in De Mengelmoestuyn en geeft nuttige tips voor wie ook zelfvoorzienend wil leven.

Meer over Mar en Gerbrand en hun mengelmoestuyn vind je op hun website >>



In de laatste 2 weken van april, vooral rond de volle maan, krijgt de natuur een flinke boost. Opeens staat alles in het groen. Het sein dat het nu allemaal dus echt gaat beginnen. Alhoewel, op onze Mengelmoestuyn staat het nooit stil. Eigenlijk gaat het wel het hele jaar door. Ik mag jullie de komende tijd meenemen door de seizoenen van onze Mengelmoestuyn.

De afgelopen maanden hebben we de oogst van alle voorjaarskruiden gehad en half april zijn we gestart met het zaaien van de een- of meerjarige planten en kruiden. Voor de moestuin zaai ik enkel nog datgene wat ik echt lekker vind. Wat moet je in hemelsnaam met radizen of rammenassen als je die niet te *nakken* vind? Ik ben dol op kool en heb dus in de eeuwige moes mijn toppertje gevonden.

De halve moestuin staat vol met blijvende groentes zoals oerprei, brave hendrik, snijbiet, knoflook, bieslook, rucola en meer. Dat is makkelijk en ook heel smakelijk. Maar er is een reden waarom ik ooit, lang geleden, een moestuin ben begonnen en dat zijn doperwt en peultjes. Er gaat niks boven doperwt van eigen teelt. Zo zoet en vers gedopt kun je ze nergens anders krijgen. Ook peultjes, zo van de plant, zijn een delicatessen. En het mislukt bijna nooit! Een andere lekkere is de spekboon. Niet te krijgen in de winkel dus zelf telen. Zo lekker!



> Je eigen boontjes om te doppen.

© De Mengelmoestuyn

Om de planten in de moestuin van een goede start te voorzien maken we brandnetelgier. Dit bevat voedingsstoffen en stikstof die bepaalde *zware* gewassen nodig kunnen hebben. Je oogst alleen de jonge toppen. Doe deze vervolgens in een emmer of ton en vul af met sloot- of regenwater. De toppen moeten goed onder staan! Zorg dat je regelmatig even de gier doorroert, want dat brengt zuurstof in de drab en daardoor stinkt het minder. Maar ook de planten lossen dan sneller op. Door wat gesteentemeel er door

te roeren wordt de stank ook iets minder, maar ik kan met die stank best leven, dus ik doe dat niet.

Brandnetelgier moet je altijd verdunnen. Je kunt daarvoor de verhouding van 1 op 10 aanhouden. De gier kun je gebruiken ter ondersteuning van prei, aardappelen en de meeste koolsoorten, maar ook pompoen en courgette. Om verbranding te voorkomen moet je de gier nooit in de volle zon gebruiken dus het liefst op bewolkte dagen en op vochtige grond. Je kunt op deze manier de planten om de 2 tot 4 weken bijmesten. Met dezelfde gier kun je ook luizen en ander ongedierte bestrijden (in rozen, pruimen en appelbomen etc.) maar dan ligt de verhouding op 1 op 20. Je gebruikt dan een plantenspuit. Maar als je evenwicht in de tuin goed is zul je weinig last hebben van plagen..

Waar ik altijd naar uitkijk zijn de bloesems en de bloemen. Zoals de sering die nu net uitgebloeid is. Wel eens geroken? Of de vlier- en de meidoornbloesem. Ik mag graag de net geopende bloemen oogsten en op water zetten in de zon met wat citroen. Na 24 uur afzeven en 1 op 1 suiker toevoegen, aan de kook brengen en je hebt een heerlijke siroop! En dat kun je met veel verschillende soorten kruiden en bloemen doen.

Maar de 21ste juni is het gedaan. Op deze dag is het jaar op zijn uitbundigste hoogtepunt en staat de zon het hoogst aan de hemel. Maar hoogtepunten zijn er om omgewend te worden. Je kunt nu eenmaal niet altijd maar blijven groeien en bloeien. Zo is het ook met de vegetatie. Dus komt er een moment van omslag. Het moment dat de krachten omgewend gaan worden. Sint Jansdag is de omwenteling en het begin van een nieuwe periode in het jaar. Er vindt als vanzelf een verandering plaats in de natuur. Om met de woorden van Johannes te spreken; *komt tot inkeer!* We moeten oogsten en ons klaar gaan maken voor de komende donkere periode, want met Sint Jan *draait het blad zich om* is het gezegde. We oogsten hier de kruiden voor de



> Brandnetelgier.

© De Mengelmoestuin

thee en de zalven en genieten van de zomertijd. Het rijpen van het zaad en de vruchten.

Behalve planten en bomen hebben we op onze Mengelmoestuin ook wat pluimvee rondlopen. Die lopen op het achterste gedeelte in het voedselbos en de boomgaard. Ze eten schadelijke insecten, ruimen vallend fruit op en bemesten meteen de boel. Een van de dieren zijn onze loopeenden. We hebben er een stuk of 10: 2 mannetjes en de rest vrouwtjes. Deze eenden houden we voor de eieren, want slakken eten ze niet. Althans niet bij ons! Misschien wel 3 weilanden verder op, want daar vertoeven ze overdag. Ze zijn dan vrij om te gaan en te staan waar ze willen en 's avonds komen ze dan weer op het hok aan. Ook onze 3e muskuseenden zijn niet dol op slakken. Wel op onze eeuwige moes, sla en winterpostelein. Die laatste is de meeste tijd van het jaar aangevreten. En ze zijn dol op baby-eendjes, want die produceren ze vooral veel..

Er komt in de maand juli een enorme hoeveelheid fruit van de bomen en struiken. Bessen en pruimen en soms eind juli de eerste vroege appels. Een enorme rijkdom! De maand juli vraagt

echter ook om wat meer rust. We proberen 's avonds niet meer door te werken op de tuin maar met een pot thee of iets voor de yurt te genieten van alles om ons heen, terwijl de kippen rond scharrelen en de parelhoenders aanslaan bij elke vogel die overvliegt. Het is een zegen om met de natuur te mogen leven hier op onze Mengelmoestuin.



> Vlierbloesemoogst.

© De Mengelmoestuin



Meer KLEINERE WONINGEN en WELZIJN

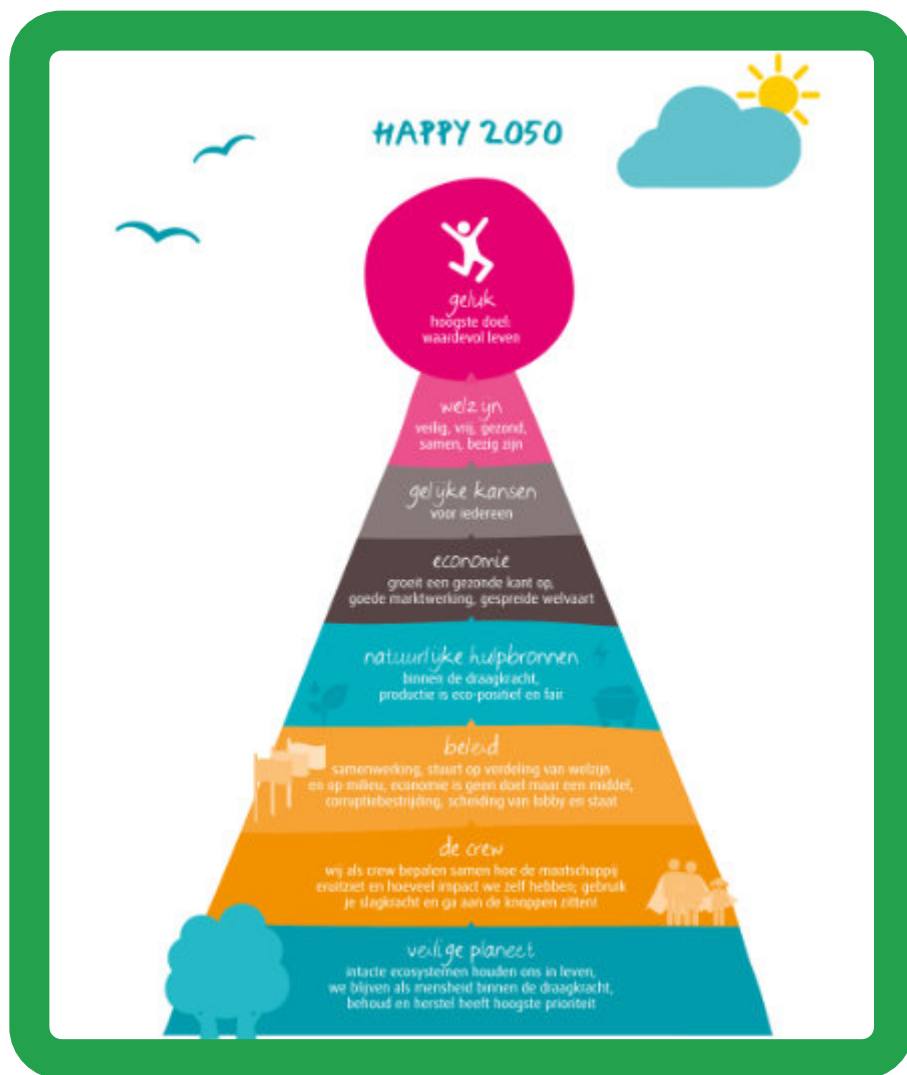
Elke Rabé woont inmiddels meer dan 5 jaar in een tiny house en zou nooit meer anders willen. Het leven op een kleiner oppervlak, en daardoor met minder spullen, helpt haar gelukkiger te zijn. Voor Youtopialab laat ze mensen dromen over hun ideale land en ook daar hoort ze vaker over het ideaal van een simpel leven met weinig spullen. In haar werkzaamheden voor duurzame initiatieven als Klimaatgesprekken en Think Big Act Now hoort ze bovendien steeds vaker de roep om een systeemverandering. Niet langer zou welvaart het grote doel moeten zijn maar welzijn. Aan de hand van 10 Youtopia-reizen ontrafelt ze dit ideaal.

Hygge, zo noemen de Denen de kunst van het leven. De term komt oorspronkelijk uit het Noors en betekent zoiets als welzijn. De Zweden kennen *hygge* als *lagom* en betekent niet teveel, niet te weinig, maar net genoeg. Het Deense *hygge* beschrijft een gevoel. Het is het ervaren van een fijne, warme sfeer en gaat dus over geluk. Het begrip veroverd langzaam de wereld en maakt iedereen bewust van wat gelukkig leven voor hen betekent.

Het staat vaak haaks op de status quo van de westerse maatschappij waarin de economie leidend is in politieke beslissingen. Als je met afstand naar ons huidige systeem kijkt, is het eigenlijk heel bevreemdend dat we dit welvaartsdenken allemaal heel normaal zijn gaan vinden. Een economie enkel gebaseerd op groei van het Bruto Binnenlands Product (BBP) is heel eenzijdig en zoals we nu achteraf kunnen constateren brengt het zelfs gevaren met zich mee. Hoe komt het dat we zo gefocust zijn op financiële groei? Waarom gaat het niet veel meer om groei als persoon of gemeenschap (welzijn) in plaats van om geld en aanzien (welvaart)? En dat terwijl keer op keer uit onderzoek blijkt dat de focus op financiële groei juist ons welbevinden schaadt, zeker boven een bepaalde inkomensgrens.

Kort gezegd zijn we welzijn en welvaart met elkaar gaan verwarren. We denken dat we er op vooruit gaan als de economie groeit, terwijl het eigenlijk heel logisch is dat oneindige groei op een enkele aarde met een eindige draagkracht per definitie onmogelijk is, laat staan praktisch haalbaar. Langzaam maar zeker sijpelt overal het besef door dat het zo niet langer kan; oneindige groei is niet langer realistisch. Sterker nog, onderzoek wijst uit, dat als je de economie breder bekijkt dan BBP en eerlijk alle kosten meeneemt, onze economie, schrik niet, al krimpt vanaf de jaren 80. En dat weet bijna niemand!

Oké, we willen dus welzijn in plaats van welvaart. Maar wat betekent dat praktisch? Babette Porcelijn werkte in haar boek *Het happy 2050 scenario* dit begrip uit en onderzocht wat we daar voor nodig hebben. Het is een bijzonder interessant boek dat iedere wereldleider op zijn nachtkastje zou moeten hebben. Al was het maar om, als de moed in zijn of haar schoenen is gezakt na een dag vol moeilijk



doen en debatteren, hun dag met hoop kunnen afsluiten en ondanks alles vredig kunnen slapen.

Wat we niet willen staat vaak helder op ons netvlies. Leuker en effectiever vind ik het dan ook als mensen

kunnen ervaren wat ze nu eigenlijk wél willen. Een bekend gegeven is dat mensen op hun sterfbed nooit vertwijfeld zeggen: *ik wou dat ik wat meer op kantoor had gezeten in mijn leven of had ik maar meer bijgedragen aan de groei van de*

economie door nog meer rotzooi te kopen om in mijn rommelkast, -kamer, -zolder of -garage te leggen. Nee, natuurlijk niet! Toch hoeft ik niemand uit te leggen wat een rommelkamer is en hoe dat eruit ziet. Iedereen heeft er meteen een beeld bij of heeft er zelf eentje.

Bij Youtopialab doen we alsof jouw ideale land een reisbestemming is. Door een reeks prikkelende vragen te beantwoorden kom je aan in Youtopia, het land van jouw dromen. Tekeningen brengen het tot leven. Onze reisleiders luisteren zonder oordeel en zijn nieuwsgierig naar wat er gebeurt als mensen vrij mogen dromen. Wat we terugkrijgen is dat mensen

**Het Deens hygge
beschrijft een gevoel.
Het is het ervaren van een
fijne, warme sfeer en gaat
dus over geluk**



© David Mark

> Klein wonen in het groen is voor velen een ideaal.

het leuk vinden om te doen en aan het denken worden gezet.

Dit jaar zijn we samen met de Rijksuniversiteit Groningen (RUG) een onderzoek gestart naar aanleiding van al deze Youtopia-reizen. We hebben namelijk gemerkt in de afgelopen jaren, dat mensen via de reis naar hun ideale bestemming beter inzicht krijgen in wat ze écht belangrijk vinden. Hun belangrijkste waarden dus. We willen nu dan ook wetenschappelijk onderzoeken of dromen en verbeelding helpen om beter te begrijpen wat mensen belangrijk vinden, in plaats van via saaie waarden-vragenlijsten. Ik heb direct na de kick-off een vliegende start gemaakt en in een maand ongeveer 10 reizen begeleid als *reisleider*. Het lijkt me leuk om voor Klein Wonen Magazine eens uit de doeken te doen wat me is opgevallen aan deze 10 reizen en natuurlijk de ervaringen in eerdere reizen die ik voor de start van het onderzoek al maakte.



Qua landschap is het heel duidelijk, bijna eentonig. Het woord *groen* wordt eigenlijk altijd in de eerste zin al genoemd. Iedereen wil dus een groen land. De een met mooie stranden, de andere met schitterende

bergtoppen en watervallen, weer een ander ziet overal wouden met wilde dieren. De mensen wonen vaak in kleine gemeenschappen, dorpen of zelfs helemaal opgenomen in het groen, bijvoorbeeld met boomhutten of woningen in de vorm van een groene heuvel. Ook grote steden worden zo nu en dan genoemd, al hoor ik dan vaak ook: *wel ergens ver weg uit mijn zicht, voor degenen die graag in een drukke stad wonen*. Dat zijn de mensen die *iedereen mag zijn zoals hij is* hoog in het vaandel hebben staan. Maar ook in grotere dorpen of steden is het vaak groen met bijvoorbeeld mooie tuinen en parken. Hoe dan ook, pitoreske dorpen zie ik vaker dan steden.



Veel mensen hebben moeite om buiten bestaande kaders te denken, maar sommige mensen dromen er lekker op los. Zij zien bijvoorbeeld modulaire woningen die kunnen groeien, bijvoorbeeld als mensen kinderen krijgen, en waarbij iemand die op kamers gaat gewoon zijn eigen deel van de woning meeneemt. Word je ziek? Dan komt er een bubbel om je heen waarin je verzorgd kan worden. Er komen veel ronde organische vormen, grote ramen, veel hout voorbij en er is veelal contact tussen binnen en buiten. Zij



© ELG21

> Windmolens op zee worden door veel mensen genoemd als droomoplossing voor energie-opwekking.

dromen ook van woningen die open zijn zonder ramen. Die zijn niet nodig, want het is er altijd lekker warm en je loopt zo het strand op. Het is niet dichtbevolkt en de natuur gaat door woningen heen. Woningen zijn gemaakt van schimmelstructuren, ze leven en veranderen dus gedurende het gebruik of ze zien overal kaswoningen met veel groene planten erin, zodat het is alsof je binnen in een bos leeft. En er is natuurlijke isolatie waardoor verwarmen van de woningen veel minder nodig is.

Ook opvallend is dat de woningen vaak kleiner zijn en in de gemeenschappen gedeelde ruimtes zijn om bijvoorbeeld gereedschappen te gebruiken, te leren

van elkaar, samen creatief te zijn, producten uit te wisselen en te ruilen of met elkaar te eten en feesten.

Naast die kleinere woningen in het groen staat zelden een auto. Veel mensen beschrijven een wandel- en fietscultuur met allerlei ingenieuze vormen van openbaar vervoer of deelvoertuigen voor de langere afstanden. Sommigen verzinnen magische transportmiddelen die geen energie nodig lijken te hebben of de energie is oneindig omdat we gebruik maken van onuitputtelijke bronnen. De zon wordt 9 van de 10 keer als belangrijkste oplossing genoemd, maar ook wind op zee, getijden- en hydro-energie komen voor. Ook hier geldt weer: wel uit het zicht ergens in een uithoek van het land of, heel ingenieus, aan de binnenkant van een vulkaan.

Bij vragen over hoe we met elkaar omgaan zie ik ook iets opvallends, waarmee we weer terug komen waar we startten: we willen eigenlijk allemaal een vriendelijkere samenleving. Meer verbinding, meer gezamenlijke momenten. Barbecues in het park, outdoor festivals, ruilmarkten, meer verhalen rond het kampvuur, meer naar elkaar luisteren en vooral ook: elkaar laten zijn. Meer *hygge* dus.

OPROEP

We zijn pas net begonnen met Youtopia en ik vermoed dat de meeste mensen die zich vanzelf opgeven voor ons onderzoek tot de zogenaamde groene voorlopers behoren. Daarom zijn we op zoek naar andere groepen deelnemers die onze totale respondenten pool diverser maken. Ken jij zo iemand of heb je een tip om andere groepen te vinden? Laat het me weten via hello@youtopialab.com en win een gratis Youtopiareis die je zelf online kunt maken.

GRATIS TICKET



Wij begeleiden reizen naar de toekomst. Jouw toekomst. Reis je mee?



Onder het motto MY Tiny Home - Live Simply (MYTHELS) bouwt Elke in 2017 haar eigen huisje. Nu woont zij heerlijk in het groen en blijft zoeken naar een simpel leven. Voor Klein Wonen Magazine belicht zij deze zoektocht op haar eigen wijze.

Youtopia Billow

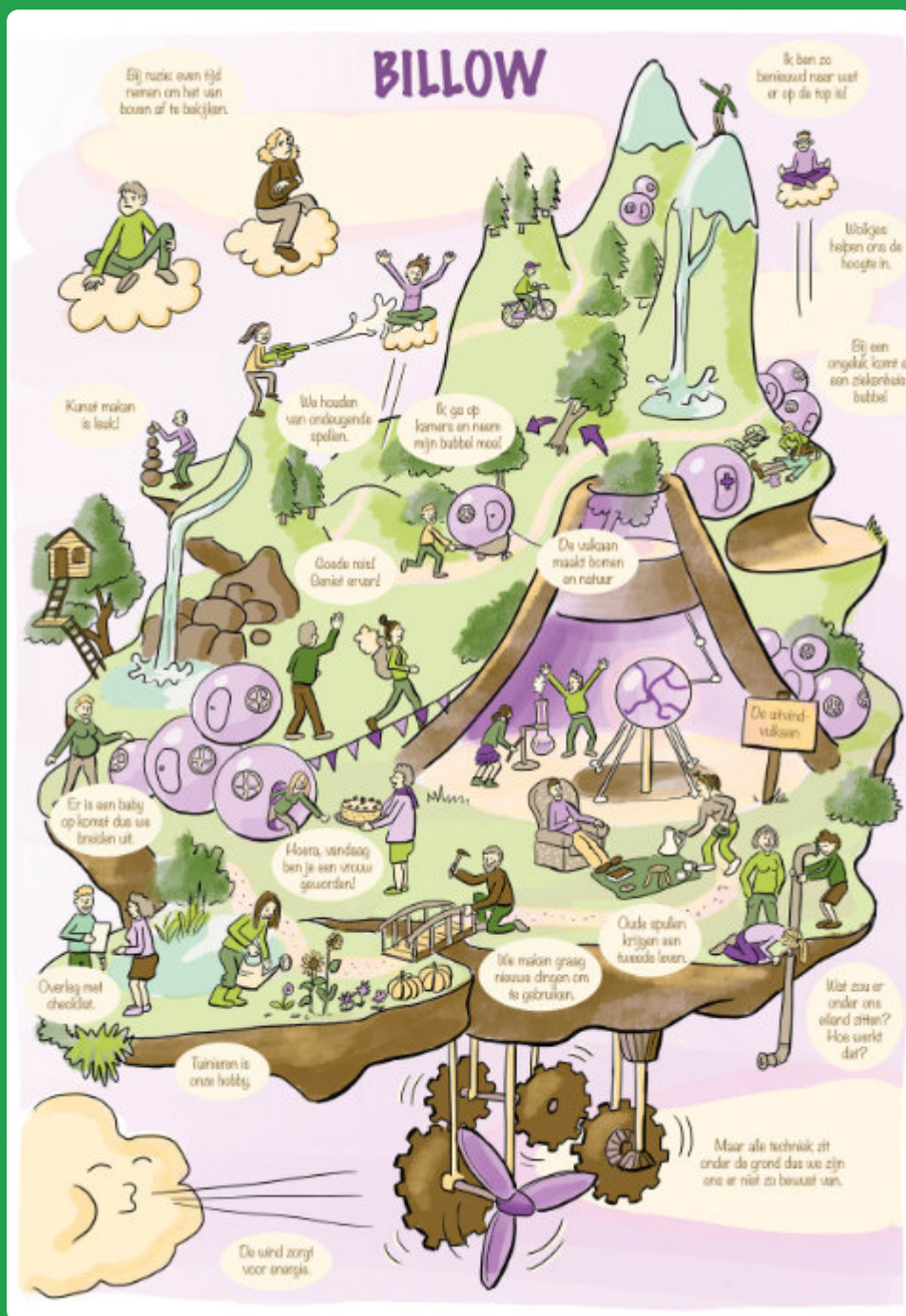
Billow is de naam van het droomland van een van de deelnemers aan het Youtopialab, dat prima aansluit op het artikel van Elke Rabé over meer welzijn in plaats van welvaart. Het uitgangsprincipe voor Billow is intentie gedreven leven. Je huis en haard past zich aan de situatie waar je je in bevindt aan. Iedereen heeft zijn eigen leefbubbel. Ga je een relatie aan, dan kunnen deze versmelten. Gaan de kids uit huis, dan gaan ze letterlijk op kamers met hun eigen bubbel. Heb je zorg nodig, dan ontvouwt zich een zorgbubbel om je heen in plaats van dat je naar een ziekenhuis of zorg-instelling gaat. Je *woning* ontwikkelt zich dus organisch mee door je verschillende levensfasen.

Een andere vertaalslag van intentie gedreven leven is het leren op basis van welke vraag je bezig houdt. Billowers houden van nieuwsgierigheid. Ga het maar ontdekken, probeer het maar uit. Deze vrijheid is er, omdat die natuurlijke nieuwsgierigheid er voor zorgt dat er altijd wel iemand is die net zo

benieuwd is als jij naar dat onderwerp of ontwikkeling en je dus wilt helpen. Of je juist een beetje plaagt om je ontdekkingsreis net iets spannender te maken.

En de basisregel die voor iedereen geldt: het mag/kan zolang het geen schade voor een ander oplevert. Mocht daar twijfel over bestaan, of zich een ander conflict voordoen, dan kan het altijd nog voorgelegd worden aan *De Raad*. Het eerste dat zal gebeuren is dat de betrokken partijen gevraagd wordt afstand te nemen, te reflecteren en zich in te leven in het perspectief van de ander. Met welke kleine aanpassing kan het wel? Of is er een *veilige* manier om het uit te proberen (weinig risico of makkelijk terug te draaien).

Bij Youtopia maken ze praten en denken over de toekomst weer leuk. Ze doen alsof de toekomst een reisbestemming is. De gesprekken zijn respectvol en open met als rode draad: wat is voor jou een goed leven? Tekeningen brengen dit tot leven. Hoewel vrolijk en verbindend, legt het gesprek onderliggende waarden en behoeften feilloos bloot. Youtopia vormt zo een verbindend startpunt voor visievorming en wil een beeld vormen van de gewenste toekomst van Nederland.



Puur KOKKERELLEN met SUZANNE



Pakjes en zakjes zijn aan **Suzanne Beekenkamp** niet besteed en ook dierlijke producten laat zij steeds vaker staan. De gediplomeerde natuurvoedingsinstructeur en gewichtsconsulente wil mensen graag inspireren goed en gezond te eten, maar vooral ook te genieten. Dat doet de Babantse onder meer via haar food- en lifestyleblog *Puur Suzanne* en haar boek *Vaker Plantaardig*.



TOFU

scrambled met spinazie

Wat heb je nodig (2 pers.)?

200 gr	tofu
1	kleine ui
1 eetlepel	kerriepoeder
10	cherry tomaten
1	hand spinazie
1 theelepel	vloeibare margarine om in te bakken
kala namak (zwart zout)	naar smaak, dit geeft een ei-smaak aan het gerecht.

Scrambled tofu is een van mijn favoriete lunchgerechten. Lekker op een boterham of op een warme bagel. Sommige mensen vinden tofu maar wat saai. Dat snap ik ergens wel, het is ook maar een onaantrekkelijk wit blok. Het is belangrijk dat je daarom de tofu opfleurt met wat heerlijke kruiden en verschillende groenten. Zo maak je een kleurrijk en voedzaam gerecht..

Dit gerecht past perfect bij de lente. Het seizoen van nieuwe energie. Ik kies ervoor om er cherry tomaten en spinazie aan toe te voegen. Je kunt uiteraard ook voor andere groenten kiezen.

- Giet de tofu af en druk al het vocht eruit. En laat even goed uitlekken in een vergiet.
- Snijd de ui fijn en zet een pan op het vuur en verwarm hierin de margarine. Bak de ui voor een paar minuten glazig.
- Snijd ondertussen de tofu in blokjes en verkruimel de tofu daarna in de pan. Voeg de kerriepoeder toe. Roer alles goed door elkaar en bak dit voor zo'n 5 minuten in de koekenpan. Voeg eventueel naar smaak wat kala namak toe.
- Snijd de tomaatjes fijn en bak deze nog zo'n 2 minuten mee.

Schep de scrambled tofu op de bagels. Erg lekker om de bagels vooraf nog even op te warmen in de oven.

Eet smakelijk!

HOE MAAK JE HET?

PLANTEN OM OP TE VRETEN!

CITROENMELISSE



Ik kan soms dromen van citroenmelisse. Letterlijk! Wanneer ik op een dag teveel tegelijk wil doen en alle bezigheid in mijn hoofd blijft ronddraaien, nét terwijl ik probeer in te slapen, dan is een kopje melissethee de beste remedie. En wist je dat de Karmelieter monniken uit Parijs eeuwen geleden van citroenmelisse een elixer maakten met verjongende en versterkende kwaliteiten? In dit artikel vind je het recept!

Citroenmelisse is een overblijvend kruid van 30 tot 80 cm. hoog. Het heeft sterk vertakte stengels met gesteelde, eironde bladeren met gezaagde bladrand. Het bloeit van juni tot september met zachtroze tot witte bloemen. Deze sterke, groene plant komt vrij algemeen voor in bossen en weiden, want ze vermeerderd zich gemakkelijk via haar zaadjes als ze zich thuis voelt. Je zou kunnen zeggen dat ze woekert, zoals een goed onkruid dat betaamt. In mijn tuin verspreidt de citroengeur zich inmiddels tot in de kleinste hoekjes. En ik ben er blij mee, want citroenmelisse is een veelzijdige plant vol voedingsstoffen, zo'n plant waarvan je niet genoeg kunt hebben.

De naam melisse betekent honingbij, het is bijzonder om te zien dat melisse een sterke aantrekkingskracht op bijen heeft. Men zegt dat één plant in de tuin al voorkomt dat een bijenvolk wegtrekt. Imkers wrijven hun bijenkasten in met citroenmelisse om nieuwe bijenvolken aan te trekken. Ook planten ze om dezelfde reden citroenmelisse rond de bijenkorven. Dit komt waarschijnlijk omdat de etherische olie in de plant chemisch sterk lijkt op een feromoon dat bijen zelf produceren.

De sterke geur van citroenmelisse verklapt de aanwezigheid van etherische olie, voornamelijk in het blad. Geur heeft een

Als kind al stopte **Maaïke Pfann** madeliefjes in haar mond, zoog de honing uit dovenetelbloemen en knabbelde op zuring-stokken. Het stadse leven op 4 hoog achter en een loopbaan als grafisch ontwerper en fotograaf zorgden tijdelijk voor een andere focus, maar sinds zij in Waterland in een klein huis met grote tuin woont, is haar groene bloed weer gaan stromen.

Tijdens een opleiding kruidengeneeskunde en biologische landbouw verbaasde zij zich erover dat juist de onkruiden, die zij tijdens haar stages in de groentetuin weg schoffelde, in de kruidengeneeskunde gebruikt worden als medicijn en ook heel lekker en gezond zijn.

Nu is Maaïke beter bekend als Mevrouw Onkruid. Zij runt een *wild* tuinkamerrestaurant, organiseerde workshops *koken met onkruid* en schreef de jaaropleiding *leven met planten*, die grofweg kruidengeneeskunde combineert met wildplukken, permacultuur en biologisch dynamisch tuinieren. En ze heeft haar eigen website, mevrouwonkruid.nl plus een instagramaccount: [@mevrouwonkruid](https://www.instagram.com/mevrouwonkruid).



© Maaïke Pfann



> Gedroogde citroenmelisse voor de thee.

ontspannende werking op de zenuwen, citroenmelisse werkt daardoor rustgevend en kan verlichting geven bij angst, stress, hoofdpijn of slapeloosheid. Naast zijn medische toepassingen wordt de plant in België gebruikt bij het inleggen van paling. Trouwens, de geur werkt ook goed in de moestuin: het misleidt insecten die het op je groenteplantjes hebben gemunt. En ook steekmuggen zoeken hun heil elders als je een melisseplant in het slaapkamervenster zet.

Versterkt het geheugen

Melisse helpt van jong tot oud; versterkt het geheugen en verzacht darmkrampjes bij baby's (uit onderzoek is een mengsel van kamille, venkel en melisse heel effectief gebleken). Je kunt ook een zalfje of tinctuur maken van melisse en dat helpt dan weer uitstekend bij lipblaasjes en koortslip. Citroenmelisse werkt ook weerstand verhogend. Daarnaast helpen de bitterstoffen je bij de spijsvertering en misselijkheid. En bij insectenbeten: leg een gekneusd melisseblad op de beet of steek. Het verlicht de jeuk en pijn.

Citroenmelissethee werkt ook kalmerend en ontspannend, het is slaapbevorderend en revitaliseert het zenuwstelsel. Dankzij deze eigenschappen wordt de thee met succes ingezet bij zenuwachtigheid, stress, prikkelbaarheid en

WEETJES

Van citroenmelisse is bekend dat het al ruim 2000 jaar wordt gebruikt in de geneeskunde. **Dioscorides** beval citroenmelisse aan bij vrouwen met menstruatieklachten vanwege de ontspannende werking op de spieren. **Galenus** adviseerde het kruid tegen slapeloosheid en hartkloppingen.

Hildegard von Bingen noemde het kruid troosteres, je werd er vrolijk van. **Karel de Grote** verordende de aanplant van citroenmelisse in kloostertuinen.

Dodoens zag in citroenmelisse een plant die het hart versterkt en zwaarmoedigheid verdrijft. Zowel **Plinius** als **Dioscorides** roemden het kruid om zijn wond helende en ontstekingsremmende werking en **Avicenna** verklaart dat het geest en hart verkwikt.

slapeloosheid door stress, bij nachtmerries, paniekaanvallen, verminderd geheugen, examenvrees en intellectuele vermoeidheid.

Een eeuwenoud recept

Citroenmelisse heeft al een lange geschiedenis als geneeskruid achter de rug. Ik ga je een eeuwenoud recept verklappen, van een elixer dat oorspronkelijk werd bereid in de apotheek van de Karmelieter monniken in Parijs. Het recept van dit *Eau de Carmes* dateert van 1611 en werd lange tijd door de monniken geheim gehouden.

Het elixer werd geroemd vanwege de levensverlengende kwaliteiten. Zelfs Paracelsus prees deze drank als levenselixer en krachtgever. Hij zei: *citroenmelisse zal, indien elke ochtend toegediend, iemand jonger maken, het denkvermogen versterken en een smachtende aard wat opvrolijken*. Het kreeg de Nederlandse naam karmelietenwater of melissegeest en sindsdien staat citroenmelisse te boek als toverkruid.

In de loop der tijd is het recept hier en daar wat aangepast, maar citroenmelisse is nog steeds het voornaamste ingrediënt. Hieronder vind je mijn favoriete recept van dit verjongende elixer.

Nodig:

- 25 gr blad van citroenmelisse (liefst vers)
- 20 gr verse citroenschil
- 10 gr wilde marjolein blad
- 1 kaneelstokje
- 5 kruidnagelen
- 1 tl geraspte nootmuskaat
- 1 el engelwortel (zaden of geraspt)
- 1 el korianderzaden
- 250 ml wodka

Bereiden:

Gebruik een vijzel om alle droge ingrediënten enigszins te kneuzen. Knip de verse kruiden fijn en doe alles in een klein flesje of jampotje en voeg de wodka toe. Goed afsluiten. Laat het elixer minimaal 3 weken rijpen op een koele donkere plek. Schud in de eerste week het potje of flesje voorzichtig zodat alle ingrediënten onder de wodka staan. Zeef het na 3 weken tot maximaal 3

maanden door een katoenen of linnen doek en knijp deze goed uit zodat je alle vocht eruit haalt. Zeef het dan nogmaals, door een koffie – of theefilter in een schoon flesje. Elke dag 10 druppels in een glas (lauw)water voor het ontbijt, en je wordt minstens 100!





Genoten van
KLEIN WONEN MAGAZINE?

Trakteer ons op een kopje thee!



Klein Wonen Magazine maken wij met
liefde gratis voor jullie. Als je dit waardeert
kun je ons op een kopje thee trakteren. Of misschien
zelfs wel met iets lekkers? Alvast veel dank!

Klik op een van de kopjes om ons een footje te geven.