



Houd je agenda vrij – Sekemdag zaterdag 31 augustus 2024

Op zaterdag 31 augustus zullen wij weer onze jaarlijkse Sekemdag en jaarvergadering houden. Nana Woo, eurtimiste in SEKEM, afkomstig uit Korea en opgeleid in het Verenigd Koninkrijk, zal spreken over haar werk als social artist en community building in SEKEM. <https://www.nanawoo.art/>

Een recent bezoek aan SEKEM

Door Yvo de Mul

Zaterdag 11 mei zijn violiste Astrid Abas en ik teruggekomen van een twee weken durend verblijf op SEKEM en in Wahat. Ik kan niet anders zeggen dan dat het een heel geslaagd bezoek is geweest. Astrid en pianiste Dorien Verheijden hebben een concert gegeven en iedere ochtend om half zeven de opmaat voor de medewerkers en andere belangstellenden verzorgd met een repertoire bestaande uit sonates van Beethoven, Debussy en Bartok en de Siete Canciones Populares van De Falla. Vooral Bartok was een geslaagde uitdaging voor musici en publiek. Daarnaast gaven de

musici lessen en workshops op SEKEM en Heliopolis Universiteit.

Ik heb inzicht gekregen in een aantal van onze projecten, heb de noden van SEKEM beter leren begrijpen en ik heb een heleboel boeiende mensen leren kennen.

Het hoofd van het Medisch Centrum Andreas Lenzen heeft mij rondgeleid en verteld over de plannen. Op dit moment is er een reorganisatie bezig ter voorbereiding op een verbouwing waardoor binnen de polikliniek 15 tot 25 bedden voor (beperkte) ziekenhuiszorg gerealiseerd kunnen worden. In de verre toekomst is het de wens dat er een medische faculteit van de Heliopolis Universiteit in de buurt van de farm komt en dat er dan een echt ziekenhuis met 180 bedden gerealiseerd kan worden. Inmiddels is er ook een eigen aanvullende verzekering opgezet om met name minvermogenden voldoende medische zorg te kunnen bieden. Op basis daarvan kan zorg naar de dorpen worden gebracht en kunnen patiënten uit de dorpen worden opgehaald.

VRIENDENKRING SEKEM

De Heliopolis Umiversiteit gaat een onderzoek starten naar het verschil in gezondheid van reguliere boeren en bd-boeren. Gezien de aantallen van beide soorten boeren in Egypte kan de uitkomst van dat onderzoek wetenschappelijk significant worden.

Tot de speciale projecten behoort natuurlijk Nana Woo's womens health care. Zij heeft mij er een en ander over verteld en heeft mij meegenomen naar Gelfina, het dichtstbijzijnde van de 13 dorpen. Daar hebben we drie adressen bezocht waar steeds drie, vier of vijf vrouwen verzameld waren. De betreffende zorg focust op gezondheid van (vrouwelijke) organen en gezondheid van het bewegingsapparaat. Voor dat laatste denkt Nana euritmische elementen in te kunnen schakelen. Zij gaf daar aan de vrouwen voorbeelden van. Dit kwam erg overtuigend over. De problemen betreffen vaak voet-knie-heup door overgewicht, wat ook weer oorzaak van de veel voorkomende suikerziekte is. Nana is werkelijk een kei; ze heeft een enorme uitstraling, is erg geconcentreerd maar ook vol humor, de vrouwen lijken veel vertrouwen in haar te hebben. Eén vrouw van omstreeks 60 jaar met een zeer groot overgewicht en daardoor bijna niet meer bewegend, heeft ze het dringende advies gegeven voor therapie bij het Medisch Centrum langs te komen. Dat werd met belangstelling aangehoord. Op zondag 12 mei is dit belangrijke project echt van start gegaan.

Regina Hanel heeft ons rondgeleid in de nieuwe baby- en peuteropvang. De door Nederland gefinancierde houten vloer uit het oude gebouw is overgebracht naar het nieuwe gebouw. Nu moet nog de oude en versleten meubilering worden vernieuwd en gerestaureerd, liefst ook weer met Nederlandse hulp.

De uitstap naar de Wahat onder begeleiding van Wiekert Visser was ongemeen boeiend. Al onderweg er naartoe wist hij boeiend te vertellen over vondsten van versteende bomen in de woestijn, die aantonen dat hier miljoenen jaren geleden bos was. In de Wahat leidde Wiekert ons rond op het immense terrein dat stukje bij beetje ontgonnen wordt. Zo te zien een heel doordacht project. 's

Avonds genoten we van een heerlijke zons-
ondergang.

Met veel plezier en tevredenheid kijken we op dit bezoek terug. Onze liefde voor SEKEM is weer helemaal verversd en up to date.



De SEKEM Babygroep krijgt een nieuw thuis

Door Regina Hanel

Vele jaren geleden richtte de SEKEM Development Foundation een babygroep op en opende een plek met een speeltuin. Het begon met één kamer en een klein aantal baby's. Nu hebben we 30 baby's en peuters.

Om de ontwikkeling van vrouwen in hun beroepsleven te ondersteunen, biedt SEKEM een nieuwe plek voor baby's en peuters naast de SEKEM kleuterschool. Het nieuwe gebouw is 100% duurzaam en gemaakt van leem, wat een prachtige ruimte voor de kinderen oplevert.

Elke ochtend brengen de moeders hun baby's en een groep van 8 coaches voor jonge kinderen geeft hen een warm welkom en een veilige plek in de buurt van de werkplek van de moeders.

Kernwaarden van de babygroep zijn:

- Een veilige ruimte voor je kind, een plek waar het kind zich goed kan voelen
- Het is belangrijk dat het kind zoveel mogelijk dingen zelf ontdekt.
- Als we alle taken voor kinderen oplossen, ontnemen we ze wat het belangrijkste is voor hun geestelijke ontwikkeling.

We hebben nog het volgende nodig:

Entree: bank, planken en garderobe €260

Speelruimte: kasten €280

Slaapruimte: hangmatten €90

VRIENDENKRING SEKEM

Borstvoedingsruimte: bank €120
Speeltuin: zandbakken en planten €250
Koelkast €500

Wil je hieraan bijdragen? Maak dan een bedrag over op rekeningnummer NL76 TRIO 0212 4884 22 t.n.v. de Vriendenkring SEKEM o.v.v. Babygroep. In Nederland zijn giften fiscaal aftrekbaar.

Egyptische studenten bezoeken Nederland

Door Corien Hoek

Net als andere universiteiten in Egypte heeft de Heliopolis Universiteit de ervaring dat studenten veel leren van een bezoek aan Europa en Nederland. Daartoe hebben we het volgende plan ontwikkeld.

De Vriendenkring SEKEM organiseert deze zomer voor zeven studenten een bezoek van tien dagen aan verschillende relevante organisaties, bedrijven en plaatsen in Nederland. Zij krijgen daarmee de gelegenheid kennis te maken met activiteiten op het gebied van klimaatbeheersing, duurzame landbouw, technologie, voedsel en voeding en sociaal ondernemerschap.

Bezoeken worden bijvoorbeeld gebracht aan boerderijen die werken vanuit een regeneratieve vorm van landbouw (zoals de biodynamische landbouw). Studenten leren er over praktische toepassingen in de landbouw eventueel in combinatie met opvang en verzorging van mensen die daar behoefte aan hebben. Er wordt voor iedere studierichting een relevante organisatie of bedrijf bezocht.

De studenten krijgen ook voorlichting over de geschiedenis en het erfgoed van Europa en Nederland. In het programma worden ook ontmoetingen met verschillende mensen opgenomen, waaronder studenten. Onderwerpen daarvoor zijn een visie op een toekomst in de huidige tijd van uitdagingen en duurzame samenwerking tussen Nederland en Egypte.

De studenten krijgen een opdracht waaraan zij tijdens het bezoek werken en zij schrijven daarover een rapport waarin zij ook hun persoonlijke indrukken verwerken. Dit verslag

is klaar voordat zij naar Egypte terugkeren. In Egypte geven zij presentaties van hun indrukken en ervaringen.

Organisatie

Voor de studenten wordt accommodatie, maaltijden en vervoer in Nederland geregeld. Ze worden voornamelijk begeleid door vrijwilligers.

Op het programma staan op dit moment BD-boerderij en woongemeenschap Vliervelden in Almere, Weleda in Zoetermeer, Delphy (een organisatie voor onderzoek naar regeneratieve landbouw) in Wageningen en Ampelmann (een bedrijf dat offhore windmolenparken ontwikkelt) in Delft, en een ontmoeting studenten Duurzame Ontwikkeling in Delft.

Wij zoeken nog financiële en praktische hulp, waaronder onderdak in de regio Den Haag, eten en vervoer en suggesties voor het programma, waaronder bijzondere organisaties en projecten die bezocht kunnen worden. Je kunt hiervoor contact opnemen met Corien Hoek via info@sekemvrienden.nl of 06 1343 6174.

Wil je financieel bijdragen, maak dan een bedrag over op rekeningnummer NL76 TRIO 0212 4884 22 t.n.v. de Vriendenkring SEKEM o.v.v. Bezoek studenten. In Nederland zijn giften fiscaal aftrekbaar.

Landbouw en klimaatverandering in Wahaat

Door Wiekert Visser

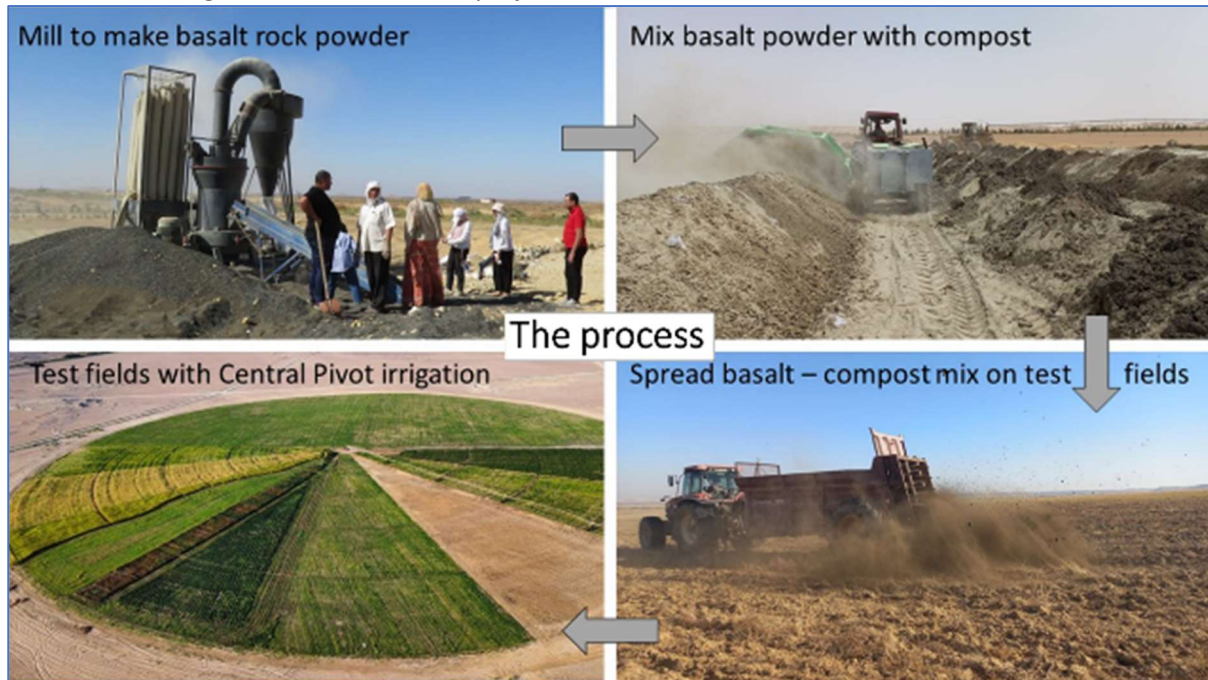
Hoewel landbouw één van de grote boosdoeners is in de opwarming van de aarde, is zij ook potentieel een heel belangrijke speler in tegengaan van klimaatopwarming; maar dan moet die landbouw minimaal organisch (regeneratief) en liefst biologisch dynamisch zijn. Waarom is dat zo?

Moeder aarde heeft ten minste een miljard jaar gewerkt aan beheersing van de CO₂-spiegel in een zich ontwikkelende atmosfeer. Kort gezegd, er zijn twee processen om CO₂ uit de atmosfeer op te slaan: fotosynthese en de chemische reactie van silikaat-mineralen met CO₂. De fotosynthese kennen we allemaal van "Plant een boom voor het klimaat". Minder

VRIENDENKRING SEKEM

bekend, maar uiteindelijk belangrijker is dat organisch/biodynamisch boeren een rol speelt bij het opslaan van koolstof in de bodem. Nog minder bekend is dat verwerking van gesteente een even groot potentieel voor CO₂-opslag heeft als “bomen en boeren”. Dankbaar gebruikmakend van de ideeën van wijlen Prof. Dr. Olaf Schuiling is nu in SEKEM een project

gaande dat probeert te onderzoeken hoeveel ton CO₂ per ton basaltisch gesteente in de landbouwgrond van Wahat kan worden vastgelegd. Als we dit weten, zou basalt toevoegen aan landbouwgrond een onderdeel kunnen worden van de Economy of Love Carbon Credits. Het enorme voordeel van de



toevoeging van basalt aan de zeer arme bodem van de farm in Wahat is dat het gesteente ook voedingstoffen aan de planten levert. Dus, basalt poeder is ook een goedkope meststof.

Het werk in Wahat omvat het malen van stukjes basalt gesteente naar een heel fijn poeder, dan mengen van dat poeder met compost, en vervolgens uitstrooien van dit mengsel over de akkers. We maken verschillende basalt-compost mengsels, en gebruiken in parallel verschillende gewassen om inzicht in het proces van CO₂-vastlegging te krijgen.

Het veldwerk van het onderzoek is nu in zijn tweede jaar en de resultaten van het eerste groeiseizoen zijn werkelijk heel bemoedigend. We hebben duidelijk kunnen waarnemen dat de verschillende gewassen (katoen, pinda, mais, bonen, sesam) een grotere oogst hebben onder invloed van de toevoeging van basaltmeel. Dit betekent dat meer

voedingsstoffen in de bodem komen, en dat gaat alleen als de basalt (deels) opgelost is, wat dan weer impliceert dat CO₂ uit de atmosfeer vastgelegd is. Maar we zijn nog lang niet zo ver dat we dit proces werkelijk kwantitatief kunnen evalueren. Dat duurt nog minimaal 2 jaar.

Het onderzoeksproject heeft ook een stimulans gegeven om nog meer onderzoek gerichte activiteiten op te zetten. Zo is er een botanische testtuin aangelegd en is begonnen met het testen van irrigatie gedurende de nacht om de reductie van watergebruik te meten.

Wiekert Visser is geoloog en al sinds 2017 half-jaarlijks verbonden als vrijwilliger aan de Heliopolis Universiteit. De laatste 4 jaar is focust hij zich op het toepassen van geologische concepten in de landbouw.

VRIENDENKRING SEKEM

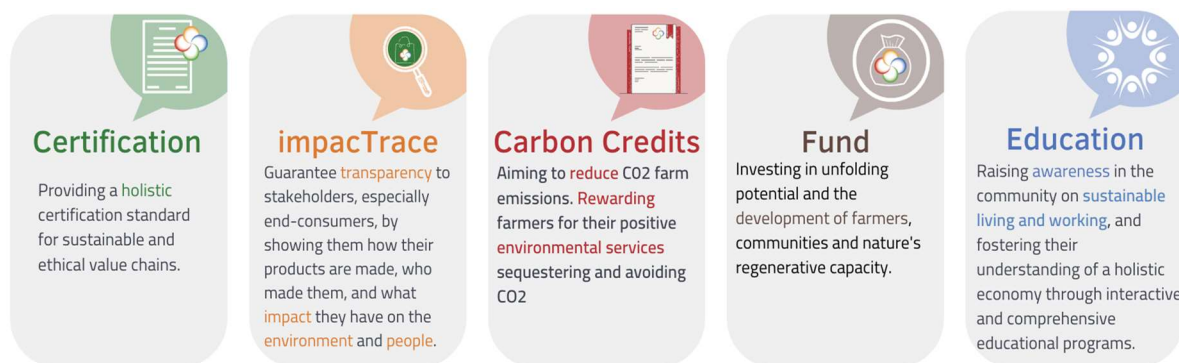
40.000 Egyptische boeren schakelen om naar duurzame landbouw

Door Hans Schut

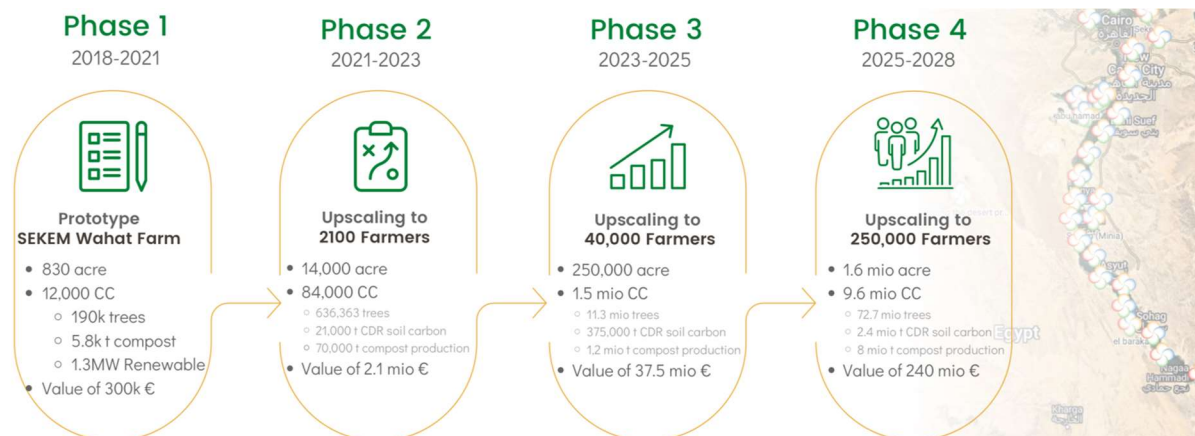
SEKEM heeft samen met de Egyptische Biodynamic Association (EBDA) ambitieuze plannen om in de komende twee jaar 40.000 boeren te begeleiden bij omschakelen naar duurzame landbouw. Dat is een enorme opschaling van de vorige fase, waarin al ruim 2.000 kleine boeren meedoen. De Economy-of-Love standaard (EoL) is daarbij leidraad en de nieuwe SEKEM Wahat farm dient als prototype. Kern

van de omschakeling is CO2 reductie en het vastleggen van koolstof in de bodem samen met biodynamisch landbouwmethoden. Compost is daarbij erg belangrijk voor bodem en biodiversiteit, evenals bomen planten, zorgvuldig watergebruik en het inzetten van zonnepanelen. De vastlegging van koolstof vertaalt zich in carbon credits die de boeren extra inkomen opleveren. De landbouwgerelateerde koolstofmarkt is sterk in ontwikkeling. SEKEM heeft daar door actieve inbreng in de COP27 en COP28 conferenties in Sharm El Sheik en Dubai stevig aan bijgedragen.

De vijf pijlers van Economy of Love:



De vier fasen voor de opschaling:



De opschaling naar 40.000 en op termijn zelfs naar 250.000 kleine boeren vergt natuurlijk een enorme organisatie. Er zijn veel coaches en trainers in opleiding, cursussen worden georganiseerd, fondsen opgebouwd, het EoL proces wordt verder ontwikkeld. Een forse operatie door een gedreven en groeiend team. SEKEM en de EBDA krijgen daarbij een enorme steun in de rug vanuit Nederland. De ComON

Foundation (een initiatief van Wijnand Pon van de PON groep) was in november 2023 op bezoek en was erg onder de indruk van SEKEM, EBDA en hun plan om de omschakeling van 40.000 boeren te realiseren. De plannen passen perfect bij de duurzame transitie die ComON nastreeft. Om die reden ondersteunt ComON Foundation SEKEM/EBDA nu met een grote schenking voor het project. Een

VRIENDENKRING SEKEM

geweldige opsteker voor SEKEM/EBDA, en voor veel kleine boeren in Egypte gloort een betere en duurzamer toekomst door hun deelname aan het project.

Meer informatie:

www.economyoflove.net

<https://investinginregenerativeagriculture.com/2023/07/04/helmy-abouleish/>

<https://www.comon.earth>



Egyptische fantasie - SEKEM eurutmieproject met hedendaagse Arabische muziek

Door Martina Dinkel

De wintervakantie gaf de SEKEM eurutmiegroep de gelegenheid om artistiek te werken aan een project over hedendaagse Arabische muziek.

Samen met de Spaanse gast-eurutmietrainster Elisa Betancor uit Gran Canaria deden we onderzoek naar de Arabische muziek en de typische structuur van de maqams (de oosterse melodieopeenvolgingen) en de specifieke oosterse ritmes. De vraag was altijd hoe de expressie in eurutmie te vinden, hoe te bewegen in de stemmingen van de maqams en hoe we dit zichtbaar kunnen maken. De vijf Egyptische eurutmisten, eurtmiedocenten aan de SEKEM School en bewegingsdocenten in het kernprogramma van de Heliopolis Universiteit waren erg enthousiast en je kon voelen

hoeveel dichter ze zich bij de muziek van hun cultuur voelden dan bij de Europese klassieke muziek. We moesten diep contact maken met een totaal ander toonsysteem dan het Europese. We moesten voor elke maqam een ander zielsgebaar vinden dat de maqam een kanaal kon geven om zich te ontwikkelen en zo de muziek uit te drukken.

We werkten met muziek van Gamal Abdelrahman en Ala el Din Mostafa. Beide componisten behoren tot de groep die de hedendaagse Arabische muziek ontwikkelde en waren verbonden aan het conservatorium van Caïro. Zij maakten bij hun composities gebruik van oude Egyptische volksliedjes. Gamal Abdelrahman verwerkte ze in een Europese klassieke stijl. Hij behoorde tot de tweede generatie hedendaagse componisten. Ala el Din Mostafa behoort tot de derde generatie en hij was in staat om een meer individuele stijl te ontwikkelen. Het stuk van Ala el Din Mostafa heet Egyptian Fantasy. Toen we aan dit muziekstuk begonnen te werken, wilden we hem uitnodigen om samen met hem aan de kwaliteiten van de Arabische muziek te werken. Helaas overleed hij precies op dat moment. We hebben de voorstelling, waarin zijn stuk als eerste in de eurutmie werd getoond, aan hem opgedragen.

Naast deze muziek paste ook de prelude van de Spaanse componist Albeniz en gedichten van Khalil Gibran, Nazik el Malaika en Rumi.

We hadden veel profijt van het gekleurde lichtstelsel dat we konden aan schaffen dankzij de Vriendenkring in Nederland. Het maakt een enorm verschil om een eurutmievoorstelling in gekleurd licht te doen, waarbij de omgeving in seconden kan worden veranderd en een totaal andere sfeer kan worden gecreëerd.

Vriendenkring SEKEM, Drebbelstraat 195, 2522 DA Den Haag, bankrekening NL76 TRIO 0212 4884 22, BIC code: TRIONL2U. Giften zijn fiscaal aftrekbaar. E-mail: info@sekemvrienden.nl, website: www.sekemvrienden.nl.

Bestuur: Salah Ali (+31 6 8328 2871), Anne Bakker, secretaris (+31 6 1036 9981), Hannie Bakker, voorzitter (+31 6 2518 2676), Corien Hoek, lid (+31 6 1343 6174), Ellen Winkel, penningmeester (+31 6 2120 5816)