

# de Sprokkel

vrijzinnig humanistisch tijdschrift  
regio Westhoek Noord



ZOMER 2026

## PED's Prestatie verhogende middelen



V.J.: Marc Van Muylem, Galloperstraat 48, 8670 Koksijde | Verschijnt driemaandelijks | Juli - aug. - sept. 2026 | 15de jaargang nr. 1  
P915965 - BC31649

## Contactadres Vrijzinnig huis Koksijde

Voorzitter: Joeri Stekelorum

T 058 52 08 94

vrijzinnighuiskoksijde@gmail.com

www.vrijzinnighuiskoksijde.be

## Kernredactie

Chris Asseloos

Lieve De Cuyper

Andre Laveyne

Robert Rossel

Marc Van Muylem

## Droegen ook bij aan dit nummer

Robert Claes

Karel D'huyvetters

Julie Dumolein

EU-OSHA

Francine Lefevre

Marc Mortier

Gustaaf de meersman

Leen Seminck

Joeri Stekelorum

Pink Panther

Greta Raymaekers

Paul Van Aelst

Denise Van der Meiren

## Bericht aan de lezers en de auteurs

Dit tijdschrift wordt gratis verspreid binnen de vrijzinnig humanistische gemeenschap regio Westhoek Noord. Wens je dit tijdschrift te ontvangen stuur dan je adresgegevens naar [vrijzinnighuiskoksijde@gmail.com](mailto:vrijzinnighuiskoksijde@gmail.com). Je gegevens worden, behoudens bezwaar, opgenomen in een bestand beheerd door het huisvandeMens Diksmuide en uitsluitend gebruikt voor de verspreiding van dit tijdschrift.

De redactie is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de door derden geleverde artikels. De kernredactie behoudt zich het recht om ingeleverde artikels te wijzigen, in samenspraak met de auteurs.

## Inhoud

Editoriaal .....	2
Actueel .....	3
Column.....	4
Hoofdartikels .....	5-9
Visietekst .....	10-11
Gedicht .....	11
Jonkies .....	12
Activiteiten in de regio .....	13
HuisvandeMens .....	14
Lokale vereniging .....	15-24
Voorbije feesten .....	25-26
Boekbespreking .....	27-28
In de kijker .....	29
Ontbijtgesprek .....	30
Kunstzinnig .....	31

## Editoriaal



Dag vrijzinnige vrienden,

Je hebt het eerste nummer van de 15de jaargang van ons tijdschrift De Sprokkel in handen. Vijftien jaar – een kristallen jubileum. Een mijlpaal die staat voor helderheid, schittering en duurzaamheid. Toepasselijker kan haast niet. Al die jaren lang zorgt onze redactie, onder de bezielende leiding van erevoorzitter Marc Van Muylem, voor meer dan 100 pagina's **glasheldere** informatie en duiding bij maatschappelijk relevante thema's. Elk nummer

wordt met **zorg** en oog voor detail samengesteld. Maar De Sprokkel is meer dan een tijdschrift: het is een **duurzame** band tussen Vrijzinnig Huis Koksijde, de verenigingen die hier actief zijn, en vooral jullie – onze leden en sympathisanten.

Daarom willen we iedereen die de voorbije 15 jaar op een of andere manier heeft bijgedragen aan De Sprokkel oprecht bedanken.

Intussen is de zomer begonnen, en dat betekent ook even tijd nemen om op adem te komen. Geniet van alles wat dit seizoen te bieden heeft.

Vanaf september staan we opnieuw voor jullie klaar met een gevarieerd programma: inspirerende voordrachten, gezellige ontbijtbabbels, de derde editie van Kunst-Zinnig rond het thema *Spiegelingen*, en nog veel meer. Noteer zeker ook zaterdag 7 november in je agenda: in CC CasinoKoksijde brengt huisvandeMens Koksijde de theatervoorstelling Doodgraag, met Danni Heylen en Hans Van Cauwenberghe.

Voor nu wensen we je vooral veel leesplezier met deze editie van De Sprokkel, waarin we ons verdiepen in het thema PED's – prestatiebevorderende middelen. Duik samen met mij in deze (ver)wondere(nde) wereld ...

Tot binnenkort, misschien wel op ons zomerterras in Vrijzinnig Huis Koksijde!

**Joeri Stekelorum**

voorzitter Vrijzinnig Huis Koksijde

**TIP: wist je dat alle nummers van De Sprokkel online te vinden zijn. Benieuwd: surf naar [www.vrijzinnighuiskoksijde.be/nieuws-media/archief-de-sprokkel](http://www.vrijzinnighuiskoksijde.be/nieuws-media/archief-de-sprokkel)**



Word fan van Vrijzinnig Huis Koksijde op facebook!  
[www.facebook.com/vrijzinnighuiskoksijde](http://www.facebook.com/vrijzinnighuiskoksijde)



Abonneer je ook op de digitale nieuwsbrief via  
[www.vrijzinnighuiskoksijde.be](http://www.vrijzinnighuiskoksijde.be) of scan de QR-code



## Inhoudiging gedenkbord verzetsstrijders WO II in Vrijzinnig Huis Koksijde

Op vrijdag 8 mei, V-dag, werd in de tuin van Vrijzinnig Huis Koksijde een gedenkbord onthuld ter ere en nagedachtenis van alle verzetsstrijders van de tweede wereldoorlog.

Tijdens een academische zitting werd door Joeri Stekelorum en Chris Asseloos hulde gebracht aan de verzetsstrijders en werden ook de vrijzinnig humanistische waarden belicht die aan de basis liggen van dit initiatief. Kristof Van Mierop bracht het persoonlijke verhaal van zijn grootvader Roger Vyvey (1920-2003) uit Nieuwpoort, overlevende van Neuengamme en beklemtoonde het belang van het herdenken van de verzetsstrijders.

Benieuwd naar het gebeuren? Je leest er meer over en vindt ook sfeerbeelden op pagina 19.

Meer weten? Lees de nieuwsberichten op [www.vrijzinnighuisokksijde.be](http://www.vrijzinnighuisokksijde.be).



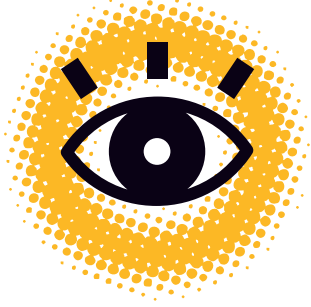
## DeMens.nu organiseert Vurig Verbonden Lichtfestival in Boom op 24 oktober 2026

Zestig jaar geleden werd de Unie Vrijzinnige Verenigingen opgericht, vandaag beter bekend als deMens.nu. Al zes decennia zet de vrijzinnig humanistische gemeenschap zich in voor vrij denken, mensenrechten, wetenschap, zelfbeschikking en solidariteit. Dat engagement vieren we samen tijdens het Vurig Verbonden Lichtfestival op zaterdag 24 oktober 2026 in De Schorre.

In een wereld die soms donker aanvoelt, brengt Vurig Verbonden letterlijk en figuurlijk licht. Van 17u tot 22u kan je samen met familie en vrienden genieten van een verrassende fakkeltocht door het domein. Op het Verlichte Plein zorgen muziek, eten, drinken en ontmoeting voor warmte en verbinding.

Samen bouwen we verder aan de toekomst van het vrijzinnig humanisme. Meer info en tickets via [www.vurigverbonden.be](http://www.vurigverbonden.be)





## De kijk van ... Julie

### De druk achter de prestatiepil

Steeds vaker duiken ze op in verhalen van studenten, jonge professionals en zelfs middelbare scholieren: middelen die beloven dat je langer kunt doorgaan, alerter blijft of efficiënter presteert. Wat jaren geleden vooral hoorde bij de sportwereld, schuift langzaam maar zeker richting klaslokalen en kantoorruimtes. Prestatie verhogende middelen lijken voor sommigen minder een keuze dan een hulpmiddel om te kunnen volgen in een wereld die voortdurend versnelt.

Het is begrijpelijk dat mensen naar iets grijpen dat hen door een examenperiode helpt of de druk van werk tijdelijk lichter maakt. In een omgeving waar verwachtingen hoog liggen, lijkt extra concentratie bijna een vorm van zelfbescherming. Maar achter dat ogenschijnlijk logische gebruik schuilt een verhaal dat veel breder is dan een pilletje of capsule.

Prestatiedruk ontstaat zelden uit het niets. Ze groeit in groepen waar vergelijken vanzelfsprekend is, waar anderen steeds net iets langer lijken vol te houden en waar falen snel voelt als persoonlijk tekort. Wie merkt dat medestudenten tot diep in de nacht blijven studeren of collega's ogenschijnlijk moeiteloos nog een extra dossier afhandelen, kan denken dat hij zelf achterloopt. Zelfs wanneer dat objectief niet klopt.

En zo verschuift de norm bijna ongemerkt. Wat eerst uitzonderlijk is, wordt stilaan de standaard. Iemand gebruikt iets tijdens een moeilijke periode, een ander volgt, en voor je het beseft, lijkt het alsof iedereen over een extra versnelling beschikt. De lat wordt niet openlijk verhoogd, maar wel in de manier waarop mensen elkaar inschatten en zichzelf beoordelen.

Opvallend is hoe weinig ruimte er nog lijkt voor gewone vermoeidheid. Moe zijn wordt al snel gezien als een gebrek aan discipline. Alsof het lichaam zich moet aanpassen aan

het tempo, in plaats van andersom. Terwijl vermoeidheid net een natuurlijke vorm van bescherming is. Een signaal dat stopzetten soms nodig is, niet omdat je faalt, maar omdat je leeft.

Prestatie verhogende middelen zeggen daardoor niet enkel iets over individuele keuzes. Ze zeggen vooral iets over de systemen waarin mensen functioneren. In sommige scholen is de competitie scherp, ook al heeft niemand dat ooit formeel zo bedoeld. In veel organisaties worden efficiëntie en snelheid hoger gewaardeerd dan rust of herstel. En in onze cultuur heerst het gevoel dat groeien vooral betekent dat je voortdurend moet opschalen.

Misschien moeten we daarom vooral kijken naar de omgeving die deze middelen aantrekkelijk maakt.

Naar hoe we omgaan met falen, vertraging en grenzen. Naar de ruimte die we geven aan mensen om een dag minder te presteren zonder zich schuldig te voelen. Naar de waardering die we tonen voor inzet die niet spectaculair is, maar wel eerlijk en toegewijd.

Prestatie verhogende middelen zullen waarschijnlijk altijd bestaan.

Maar hun aantrekkingskracht vermindert wanneer we opnieuw ruimte creëren voor ritme in plaats van wedloop, voor rust in plaats van overspanning. Wanneer we erkennen dat waarde niet ligt in constante groei, maar in wie iemand is, met alles wat daarbij hoort. Ook met dagen waarop het traag gaat.

Misschien begint echte prestatie bij mildheid.

Bij kunnen toegeven dat het even moeilijk is.

Bij durven stoppen wanneer het nodig is.

En bij omgevingen waar dat geen zwakte is, maar een teken van menselijkheid.

*Julie Dumolein*



## Prestatiebevorderende middelen - PED's

Prestatiebevorderende middelen zijn stoffen of medicijnen die worden ingezet om fysieke of mentale prestaties te optimaliseren, vaak voorbij de natuurlijke mogelijkheden van een individu.

**Definitie:** Deze middelen, ook bekend als PED's (performance-enhancing drugs) of ergogene hulpmiddelen, zijn bedoeld om kracht, uithoudingsvermogen, herstel, concentratie, geheugen of motivatie te bevorderen. Ze vinden toepassing in uiteenlopende situaties zoals sport, werk, studie of andere prestatiegerichte activiteiten.

Vaak worden ze gebruikt door gezonde personen, ondanks dat ze oorspronkelijk ontwikkeld zijn voor medische doeleinden, zoals het behandelen van aandoeningen als narcolepsie (modafinil) en ADHD (methylfenidaat).

Voorbeelden **Anabole steroïden:** Stoffen zoals testosteron, nandrolon en stanozolol die bijdragen aan een toename van spiermassa en kracht.

Stimulerende middelen: Zoals efedrine, die het centrale zenuwstelsel stimuleren en alertheid verhogen.

Bloeddoping en erytropoëetine (EPO): Methoden die de zuurstofopname in spieren verbeteren, vooral populair in duursporten.

**Cognitieve enhancers:** Middelen als modafinil, ontworpen om geheugen en concentratie te ondersteunen.

**Supplementen:** Onder andere HMB en CLA, die bijdragen aan spierherstel en vetvrije spiermassa; echter, wetenschappelijke onderbouwing is niet altijd sluitend.

Effecten en risico's : Hoewel het gebruik van prestatiebevorderende middelen op korte termijn aanzienlijke voordelen kan bieden, brengt het ook risico's met zich mee. Denk aan cardiovasculaire problemen, hormonale verstoringen, psychische klachten en in extreme gevallen zelfs overlijden.

Naast gezondheidsrisico's spelen ethische en juridische kwesties een grote rol.

Binnen de sportwereld wordt doping bijvoorbeeld streng bestraft vanwege de mogelijke oneerlijke bevoordeling.

**Context van gebruik:** Het gebruik van deze middelen beperkt zich niet tot de professionele sportwereld. Ze worden eveneens ingezet in amateursport, werk- of studiecontexten, en zelfs binnen gevangenissen.

Motivaties lopen uiteen van een streven naar competitief voordeel tot het verbeteren van fysieke verschijning of cognitieve functies.

Samenvattend zijn prestatiebevorderende middelen gericht op het verbeteren van prestaties, maar ze gaan vaak gepaard met aanzienlijke gezondheidsrisico's en ethische dilemma's, waardoor hun gebruik in diverse gebieden gereguleerd is.



## Prestatiebevorderende werking: Optimaliseer je sportprestaties met de juiste voeding en suppletie

In de moderne sportwereld zijn supplementen niet meer weg te denken, maar heb je ze wel nodig? En hoe moet je ze gebruiken om er effectief voordeel uit te halen? Sportdiëtiste Leen Seminck schept helderheid en vertelt je wat je nodig hebt om (gezond) te kunnen presteren met de juiste basisvoeding en wanneer en hoe supplementen van pas kunnen komen.

Het is belangrijk om supplementen te begrijpen en eerst te kijken wat ze precies zijn en doen. Supplement betekent 'iets dat wordt toegevoegd om te completeren of verbeteren'. Spreken we over voedingssupplementen of specifiek sportgerelateerde supplementen, dan moet eerst de basisvoeding goed zitten voordat er gekeken kan worden of er suppletie (aanvulling) nodig is.

Sportvoedingssupplementen bieden net als voedingssupplementen een aanvulling op de gewone voeding, maar claimen daarbovenop ook vaak een prestatiebevorderende werking. Let wel even op dat jouw uitverkoren supplement niet op de dopinglijst staat, want 10 tot 15% van de supplementen bevat verboden stoffen.

Supplementen kunnen sportprestaties positief beïnvloeden, maar alleen als de basisvoeding goed zit. Een fenomeen dat

binnen de (sport)diëtistenwereld echter vaak vastgesteld wordt, is dat het omgekeerde wordt gedaan. Dit wordt weleens het *'omgekeerde voedingsdriehoek-fenomeen'* genoemd. Veel sporters starten met supplementen voordat de basisvoeding goed zit. Het is beter om te focussen op de basis van gezonde voeding, deze vervolgens aan te vullen met sportspecifieke voeding (energierepen, -gels en -dranken) en dan pas te kijken naar eventuele supplementen.

**Optimaliseer jouw basisvoeding:** Een gezonde en evenwichtige basisvoeding is dus *key*. Maar hoe ziet die basisvoeding eruit voor de sporter? Door de juiste macro- en micronutriënten in kaart te brengen, kan je kijken naar hoe je de inname van deze bouwstenen kan optimaliseren.

**Macronutriënten:** Spreken we over macronutriënten, dan spreken we over koolhydraten (inclusief vezels), eiwitten,



vetten, alcohol en water. Alle macronutriënten leveren een bepaalde hoeveelheid kilocalorieën én zijn essentieel voor een gezond voedingspatroon. Alleen water geeft geen energie en alcohol is dan weer niet essentieel.

Vooraf koolhydraten en eiwitten krijgen veel aandacht binnen de sportwereld. Koolhydraten zijn snelle energieleveranciers en eiwitten zijn dan weer broodnodig voor een optimaal herstel. Toch mogen de vetten, en dan vooral de gezonde vetten, niet vergeten worden. Omega 3-vetzuren bijvoorbeeld werken ontstekingsremmend en helpen ook bij het herstel van beschadigde spieren na een inspanning. Omega 3-vetten vind je vooral terug in vette vis (zalm, sardientjes, haring en makreel), maar ze zitten ook in noten, zaden, pitten, avocado en eieren.

Koolhydraten vind je terug in brood, pasta, rijst en aardappelen, maar ook in groenten, fruit, koeken en snoep. Hier maken we een onderscheid tussen meervoudige en enkelvoudige koolhydraten, ofwel suikers. Meervoudige koolhydraten kunnen bij de hoofdmaaltijden gegeten worden, voor en na je inspanning om voldoende energie te hebben of de verloren energie opnieuw aan te vullen.

### Micronutriënten

Naast de macronutriënten zijn ook de micronutriënten van belang. Het zijn voedingsstoffen, zoals vitamines en mineralen, die ons lichaam in kleine hoeveelheden nodig heeft voor een normale ontwikkeling en functie. Vitamine

C en D hebben bijvoorbeeld ontstekingsremmende eigenschappen. Door voldoende van deze vitamines te consumeren, heb je een lagere kans op verkoudheden tijdens de wintermaanden. Het mineraal magnesium is dan weer belangrijk om spierkrampen te voorkomen, maar ook vochttekort kan voor spierkrampen zorgen. Let er dus op om dagelijks voldoende water (minstens 1,5 l per dag) te drinken en kijk of de spierkrampen minder zijn. Is dit niet het geval? Optimaliseer dan je magnesiuminname door bijvoorbeeld wat vaker bananen, groene groenten, noten, pitten, zaden en volle granen zoals haveremout op het menu te zetten.

Ook een optimale calciumstatus voor een goede botgezondheid is belangrijk. En vrouwelijke atleten zijn dan weer gevoeliger voor een ijzertekort. Het USOC – *United States Olympic Committee* – raadt vrouwelijke atleten dan ook aan op regelmatige basis bloedtesten te ondergaan om de hemoglobinestatus te bepalen. Toch blijkt ook hier weer dat suppletie met calcium, magnesium of ijzer sportprestaties niet per se bevordert als de atleten reeds goed gevoed zijn. Zit je basisvoeding goed, maar is het om bepaalde redenen onmogelijk om voldoende nutriënten op te nemen via je voeding? Bespreek dan met je (sport) diëtist of huisarts welke supplementen en/of vitamines je gezondheid kunnen ondersteunen.

*Sportdiëtiste Leen Seminck  
leenseminck@gmail.com*

# Wat zijn prestatiebevorderende middelen? Gebruik, risico's en maatschappelijke impact

Onder studenten en bepaalde groepen werknemers wordt het steeds gebruikelijker om geneesmiddelen zonder medische noodzaak te gebruiken om beter te presteren. Middelen die focus verhogen, vermoeidheid uitstellen of de concentratie verbeteren, winnen aan populariteit. In een samenleving waar concurrentie en prestatiedruk toenemen, lijkt de stap naar zulke middelen voor sommigen klein. Tegelijk blijven er veel vragen bestaan over de gevolgen op lange termijn.

## Wat zijn prestatiebevorderende middelen?

Prestatiebevorderende middelen – ook wel cognitieve versterkers genoemd – zijn farmaceutische middelen waarvan wordt aangenomen dat ze mentale prestaties zoals concentratie, focus, geheugen of motivatie verbeteren. In bredere zin gaat het ook om middelen die zouden helpen bij stressbestendigheid of zelfvertrouwen.

Belangrijk is dat er geen geneesmiddelen bestaan die specifiek erkend zijn als “cognitieve versterker”. In de praktijk gaat het meestal om medicijnen die voorgeschreven worden voor bepaalde aandoeningen, maar door gezonde mensen gebruikt worden om prestaties te verbeteren.

Bekende voorbeelden zijn middelen tegen ADHD of narcolepsie. Ze worden vaak verkregen via mensen met een voorschrift of via online verkoop. Die online beschikbaarheid heeft de drempel verlaagd en doet het gebruik soms veiliger lijken dan het is. Toch blijft het risico bestaan op vervalste producten, verkeerd gebruik en het ontbreken van medisch toezicht.

## De meest gebruikte middelen

Drie groepen geneesmiddelen worden het vaakst genoemd.

**Amfetaminen** stimuleren het centrale zenuwstelsel en verhogen de dopaminewaarden. Ze worden medisch gebruikt bij ADHD of narcolepsie, maar soms ook zonder voorschrift om langer te kunnen studeren of alerter te blijven.

**Methylfenidaat**, bekend onder onder meer Ritalin of Concerta, verhoogt dopamine en noradrenaline. Het wordt vooral gelinkt aan studeergebruik en verhoogde concentratie.

**Modafinil** en verwante middelen worden gebruikt om langer wakker te blijven. Ze worden medisch voorgeschreven bij slaapstoornissen, maar worden ook buiten die context gebruikt.

Hoewel deze middelen verschillende werkingen hebben, delen ze dezelfde aantrekkingskracht: het idee dat je je grenzen tijdelijk kunt verleggen.

## Wie gebruikt ze?

Exacte cijfers zijn moeilijk te achterhalen, omdat veel gebruik buiten medische voorschriften gebeurt. Toch zijn er duidelijke signalen dat bepaalde groepen vaker naar deze middelen grijpen.

Bij studenten is het gebruik van zogenaamde studiedrugs al langer bekend. Vooral tijdens examenperiodes worden middelen zoals modafinil en methylfenidaat genoemd als hulpmiddel om langer te studeren of beter te focussen.

Ook op de werkvloer komt gebruik voor. Bijvoorbeeld bij werknemers in de transportsector, in de zorg of bij hulpdiensten waar lange shifts en onregelmatige uren zwaar wegen.

Daarnaast worden prestatiebevorderende middelen gelinkt aan sectoren met veel concurrentie of hoge werkdruk, zoals de financiële wereld, wetenschap en juridische beroepen.

Wat deze groepen verbindt, is niet de job of leeftijd, maar de druk om alert, productief en beschikbaar te blijven.

## Wat doen deze middelen precies?

Prestatiebevorderende middelen stimuleren het zenuwstelsel en kunnen de alertheid verhogen. Sommige gebruikers ervaren meer concentratie of het gevoel efficiënter te werken.

Toch is dat effect niet eenduidig. Onderzoek toont dat bepaalde taken beter kunnen verlopen, terwijl andere er net onder lijden. Meer focus betekent niet automatisch betere beslissingen of bredere alertheid.

Bovendien reageren mensen verschillend. Wat bij de ene tijdelijk effect lijkt te hebben, kan bij de andere minder werken of sneller klachten veroorzaken.

Daar komt nog bij dat regelmatig gebruik kan leiden tot gewenning. Daardoor ontstaat de neiging om hogere dosissen te nemen, met meer risico op neveneffecten.

### Risico's en nevenwerkingen

De mogelijke bijwerkingen zijn niet onbelangrijk.

Bij amfetaminen worden onder meer verhoogde bloeddruk, hartproblemen en verslavingsrisico genoemd. Stoppen kan ontwenningverschijnselen veroorzaken.

Methylfenidaat heeft vergelijkbare risico's. Op langere termijn worden ook psychische klachten genoemd.

Bij modafinil zijn onder andere huidreacties, hartritme stoornissen en psychische bijwerkingen beschreven.

Naast lichamelijke effecten spelen ook mentale en sociale gevolgen mee.

Meer focus kan bijvoorbeeld samengaan met minder flexibiliteit of minder aandacht voor sociale signalen. Dat kan moeilijk zijn in jobs waar samenwerken belangrijk is.

Ook overmoed speelt een rol: wie zich scherper voelt dan normaal, kan het eigen functioneren overschatten en sneller fouten maken.

### De impact op de werkvloer

De discussie gaat verder dan individuele gezondheid.

Prestatiebevorderende middelen kunnen ook invloed hebben op de cultuur binnen een organisatie.

Als sommige werknemers hulpmiddelen gebruiken om meer te presteren, ontstaat het risico dat dit onrechtstreeks de norm wordt. Collega's kunnen druk ervaren om hetzelfde te doen om niet achterop te raken.

Dat creëert ethische vragen. Is het nog een vrije keuze wanneer de omgeving impliciet verwacht dat iedereen steeds meer aankan?

Bovendien bestaat het gevaar dat middelen gebruikt worden als antwoord op structurele problemen.

Te hoge werkdruk, te weinig pauzes of slecht georganiseerde shifts verdwijnen niet door medicatie. Wanneer prestatiebevorderende middelen die problemen moeten opvangen, verschuift de verantwoordelijkheid van organisatie naar individu.

Dat kan op termijn leiden tot meer uitval, meer fouten en een ongezonde werkcultuur.

### Een complexe uitdaging

Voor werkgevers en welzijnsbeleid brengt dit extra vragen mee.

Klassiek drugsbeleid op het werk vertrekt vaak vanuit de gedachte dat middelengebruik prestaties schaadt. Prestatiebevorderende middelen worden net gebruikt met het tegenovergestelde doel: beter functioneren.

Dat maakt beleid ingewikkelder.

Ook testen op gebruik blijft gevoelig. Europese landen gaan daar verschillend mee om, en testen tonen niet altijd wat op dat moment de invloed is op functioneren.

Daarom volstaat controle alleen niet.

Experts benadrukken dat ook de werkomstandigheden bekeken moeten worden: lange diensten, hoge prestatiedruk en voortdurende beschikbaarheid kunnen mee verklaren waarom mensen naar deze middelen grijpen.

### Meer dialoog nodig

Prestatiebevorderende middelen raken aan gezondheid, welzijn, ethiek en arbeidsorganisatie tegelijk.

Hoewel er steeds meer over geschreven wordt, blijven veel vragen open. Zeker over de effecten op lange termijn bij gezonde gebruikers.

Wat wel duidelijk is: het debat gaat niet alleen over medicijnen.

Het gaat ook over de manier waarop we naar prestaties kijken.

Over verwachtingen op school en op de werkvloer.

Over hoe ver mensen het gevoel krijgen te moeten gaan om mee te kunnen.

En over de vraag hoeveel ruimte er nog is voor rust, herstel en menselijke grenzen.

Daarom groeit de nood aan open gesprek en duidelijke afspraken.

Niet alleen over middelen zelf, maar ook over de omgeving die ze aantrekkelijk maakt.

Want wanneer prestatiebevorderende middelen steeds normaler lijken te worden, is het zinvol om niet alleen te vragen wat ze doen — maar ook waarom zoveel mensen het gevoel krijgen dat ze ze nodig hebben.

*Dr. Karen Dale  
Lancaster University  
Prof. Brian Bloomfiel  
EU-OSHA*



## PRESTATIE VERHOGENDE MIDDELEN

Laat ons maar met de deur in huis vallen. Het is verdomme zo oud als de mensheid. Het is van alle tijden en van alle culturen en komt voor op alle continenten. Wellicht bestaat het zelfs buiten onze aardbol. Het zou mij niet verwonderen. Bovendien is het niet alleen gerelateerd aan de mens. Ook dieren weten die middelen te vinden en te gebruiken en te waarderen. En misschien zelfs planten. Waarom niet?

Pep- en roesmiddelen, zoals ze zeggen.

Coca, cannabis, opium, paddenstoelen, tabak, alcohol, mescaline, koffie, thee, cacao, qat, efedrine. Allemaal natuurlijke verheffende middelen die door de mens verzameld, geteeld en gebruikt worden. En vergeet dan niet de placebo's, zoals de heilige hostie, gedroogde spinazie en red bull. Plus de kunstmatig aangemaakte producten gelijk namaakhormonen, LSD, amfetamines, viagra en andere brol. De vooruitgang in de wetenschap en de technologie heeft ook in de productie van verhogende middelen een positieve rol gespeeld.

Waarom gebruikt de mens dit soort middelen? Dat is nu eens een fundamentele vraag. Maar is het antwoord niet zeer eenvoudig? Het is gewoon des mensens? Het is nu eenmaal eigen aan ons zijn, ons functioneren. Ons zelf willen overstijgen. De drang om soortgenoten te overtreffen. Iets willen bewijzen. Iets uitzonderlijk willen presteren. Fysiek en mentaal. Creatief willen zijn. Zich goed willen voelen. Euforisch willen zijn. En daarbij een opwekkend en stimulerend middelje niet schuwen. Motiverend, optimaliserend, activerend, innoverend, inspirerend, creërend. Hoe zou je zelf zijn?

En hoe ga je nu verbieden dat mensen dat willen en dat ook doen. Hoe die prestatiedrang bedwingen? Hoe die concurrentieslag onderdrukken? Hoe verbieden zich lucide en sterk te voelen? Hoe verandering, vooruitgang en verbetering tegenhouden? Waarom zou je een gelukzalige roes de mensen ontnemen?

Ga je nu niet de motivatie en de kracht vernietigen, ondermijnen en fnuiken die de mensheid heeft gebracht tot waar die nu staat? Onze samenlevingsvormen, ons leefmilieu, ons comfort. Dankzij ons intellect, onze creativiteit, onze fysieke en mentale kracht. Al of niet ondersteund door enkele middeljes.

Ik weet het. Je zal nu zeggen dat het toch allemaal niet zo mooi is. Ja, ja, maar zonder die drang liepen we nu nog rond met een knots in de hand en een berenvel aan. En hadden we een levensduur van ongeveer dertig jaar, waarvan twintig zonder tanden.

Daarom stel ik een tweede fundamentele vraag. Heeft het wel zin om die pep- en roesmiddelen te verbieden? Om op de een of andere manier aan banden te leggen? Productie, handel en gebruik?

Er bestaat een schitterend voorbeeld in de geschiedenis. De drooglegging in de USA in de jaren '20 van de vorige eeuw. De aanmaak en de commerce in alcoholische producten werd radicaal verboden. Met strenge straffen op de overtreding van het gebod. Wat was het resultaat? Er werd daar de basis gelegd van een van de grootste georganiseerde misdaadorganisaties van de wereld. Deze namen de productie en de handel gewoon over. Onder de toog en in het zwart. Een soort alternatieve economie waar de gemeenschap en de overheid geen enkele controle over had. Ze zijn er ginder nog altijd niet goed van. Schaf iets af wat de mensen begeren en je creëert onmiddellijk een alternatief dat voorziet in de behoeftes.

Er zijn ooit pogingen ondernomen om religies aan banden te leggen. Opium voor het volk, weet wel. Je kreeg verdorie het grootste gedeelte van de bevolking op je nek en de godsdienst floreerde ondergronds als nooit tevoren.

Ik ben ervan overtuigd dat de geplande drooglegging inzake tabak van onze vriend Vandenbroucke sommige gewiekste lieden doet watertanden. Er wenken hier uitermate lucratieve opportuniteiten.

Ze hebben dat in Houthulst al goed begrepen. Het Chicago van de Westhoek. Niet alleen hebben ze daar een flinke dame die de ziekenkassen plundert op industriële schaal, maar ook hadden ze er reeds een zwart tabaksfabriekje opgericht. Eigen Kweek voorwaar. Vooruitziende mensen die geen risicotje schuwen.

Volgens mijn vrouw is dat typisch West-Vlaams. Altijd een volkje van hardwerkende en ondernemende lieden

geweest met vrije zeden en lak aan reglementen. Het heeft hen geen windeieren gelegd. Wel flatjes in Dubai.

Dankzij de strategische ligging van de havens is ons landeke de mondiale draaischijf geworden van de illegale cocaïnehandel. Een zwarte ondergrondse miljardenbusiness. Wat baat het dat enkele miljoenen verloren gaan door inbeslagnames. Het is vechten tegen de bierkaaïen. Of beter de cocakaaien.

Naar het schijnt zijn de maffiabazen zelfs van Marseille naar Antwerpen afgezakt. Of beter nog opgestegen. Het is hier dat het nu te doen is. Alle hens aan dek.

Is dit nu een pleidooi voor een ongebreideld gebruik van pep- en roesmiddelen? Helemaal niet. Wel een pleidooi om de ogen niet te sluiten voor een realiteit en maar blijven geloven in een absurde irrealistische politiek terzake.

Wat hoor ik steeds? We moeten de oorzaken aanpakken! Dat is nogal gemakkelijk gezegd wanneer de behoefte gewoon ingebakken zit. Je gaat nu toch de menselijke aard niet manipuleren? In naam van wat? Ik weet dat sommigen daarvan dromen. Pas dus verdomme op voor puristen! En weet dat het dan nog dikwijls de grootste hypocrieten zijn.

Soms is het wel contradictorisch. Denk aan het tot nu toe aanvaard gebruik van alcohol en tabak. En zelfs van wiet in bepaalde landen. Al of niet in een soort gedoogbeleid. Is de mensheid daar aan het degenereren? Gaat de beschaving daar ten onder?

En waarom pakt men de handel in illusies niet aan? Ook een miljardenhandel die de mensheid verdomme al duizenden jaren teistert en plundert en bedriegt. En troost zeggen sommigen. Maar tegen welke prijs?

Wat hoor ik nog. We moeten de productie en handel aanpakken. En niet het gebruik. Dus gaan we deze illegaal verklaren. Tot groot jolijt van sommige ondernemers met wat lichte zeden. Want zo lang er behoefte en tegelijkertijd verbod bestaat zullen die productie en handel bloeien. Het is dweilen met de kranen open.

Ergens doet het mij denken aan bepaalde andere aspecten van het menselijk zijn. Bijvoorbeeld agressie.

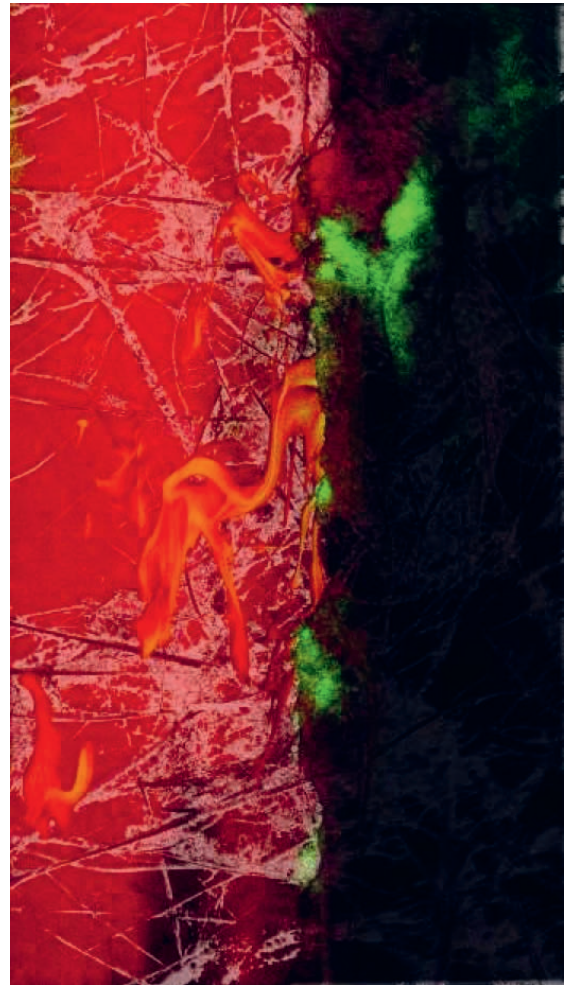
Ook daarmee moeten we leren omgaan. Dikwijls met vallen en opstaan.

Dit is dus wel een pleidooi voor een verstandig gebruik van pep- en roesmiddelen. Een gebruik om onze drang, onze acties, onze motivaties te ondersteunen. Tot meerdere heil en glorie van ons mens zijn.

Wat is het wachtwoord? Matigheid, zoals alles in het leven.

Gedenk het stoïcijn's parool. Alles met mate. Ook in de matigheid.

*Pink Panther*



Hoe complex verloopt de vorming van een gedachte  
 vooraleer zij gedachte wordt  
 Hoeveel nano impulsen dienen zich niet te verzamelen  
 om de  
 basis te vormen van een gedachte  
 En wat eens als de gedachte er is  
 Dient zij dan van intelligentie te getuigen van  
 Ideologisch of wat dan ook getint  
 Belangrijk te zijn Functioneel te zijn,  
 bij te dragen tot  
 Belangrijk én functioneel  
 Of mag zij ook enkel bestaan als  
 Gedachte  
 De gedachte om de gedachte  
 De Vrije gedachte

*Gustaaf de meersman*

# Jonkies



## Wat is niet-confessionele zedenleer (NCZ)?

Niet-confessionele zedenleer behoort tot de levensbeschouwelijke vakken binnen het verplichte keuzeaanbod in scholen van het GO! en het officieel gesubsidieerd onderwijs.

Voor veel mensen wordt dit vak simpelweg aangeduid als zedenleer of moraal. In deze lessen ontwikkelen kinderen en jongeren een moreel bewustzijn en een zingevend oriëntatiekader op basis van een vrijzinnig-humanistische levensbeschouwing.

De leraar Niet-confessionele Zedenleer speelt daarbij een centrale rol als betrokken begeleider in de persoonlijke vorming van leerlingen. Tijdens de lessen worden diverse aspecten van de menselijke geest en gevoelswereld thematisch behandeld.

Voorbeelden zijn het kritisch benaderen van actualiteit, kennismaken met wereldgodsdiensten, zelfontdekking, het leren begrijpen van anderen, het aanscherpen van historisch bewustzijn, sociale vaardigheden ontwikkelen en argumenteren oefenen.

Door deze brede inhoud en aanpak biedt het vak niet-confessionele zedenleer een rijke basis voor morele opvoeding. Het niet-confessionele karakter van het vak

verwijst naar de keuze om niet gebonden te zijn aan een geloofsovertuiging of confessie.

Deze benadering is verankerd binnen het leergebied van waardeontwikkeling en heeft zijn wortels in humanistische stromingen die teruggaan tot de renaissance en de Verlichting.

Dit gedachtegoed blijft evolueren tot op vandaag. In Vlaanderen draagt de georganiseerde vrijzinnig-humanistische gemeenschap actief bij aan de organisatie en waarborging van de inhoudelijke kwaliteit van dit vak.

Door voor niet-confessionele zedenleer te kiezen, richt men zich op een levensbeschouwelijk vak dat aansluit bij de leefwereld van leerlingen. Door middel van een uitgebreide selectie thematische elementen wordt gewerkt aan hun morele autonomie, steeds geïnspireerd door het vrijzinnig humanisme. Ze leren hiermee omgaan met ethische vraagstukken en uitdagingen in hun leven op een zinvolle wijze.

Niet-confessionele zedenleer (NCZ) is beschikbaar voor leerlingen in alle officiële scholen, zoals scholen van het gemeenschapsonderwijs, stedelijke, gemeentelijke en provinciale onderwijsinstellingen.

## De chemische verontreiniging moet stoppen door Dr. Leo Goeyens

**Organisator** Mensen & Wetenschap Westkust i.s.m. Humanistisch Verbond en Willemsfonds

**Datum** donderdag 10 september

**Uur** 14.30 uur

**Locatie** Vrijzinnig Huis Koksijde

**Prijs** 5 euro / leden 3 euro (koffie inbegrepen)

In deze lezing belicht Leo Goeyens de zorgwekkende chemische pollutie. De schadelijke gevolgen van pesticiden en PFAS vormen een ernstige bedreiging voor het milieu en voor alle leven op aarde. Toch blijft een grondige aanpak uit. Bewust wordt twijfel gezaaid en worden leugens verspreid om winst te vergroten. Dat moet dringend veranderen, willen we vertrouwen herstellen en solidariteit opnieuw centraal stellen. Niels Bohr wees daar al in 1946 op. Het is hoog tijd om kortetermijndenken in te ruilen voor intergenerationale verantwoordelijkheid.



**Info :** [mensenenwetenschapwestkust@gmail.com](mailto:mensenenwetenschapwestkust@gmail.com)

## Ontbijtgesprek met Wim Van Laere - Diversiteit en integratie zijn geen mening – het is een systeem vraag

**Organisatie** Humanistisch Verbond Westhoek

**Datum** Zondag 13 september

**Locatie** Vrijzinnig Huis Koksijde  
**Aanvang:** 09.00 uur (deuren open om 8.45 uur)

**Prijs** max. 40 deelnemers  
€5 leden HV Westhoek  
- Gratis kinderen -12j  
€10 niet-leden  
Humanistisch Verbond Westhoek  
ter plaatse af te rekenen

Wim Van Laere is organisatiepsycholoog (RUG) en gespecialiseerd in kennistechnologie. Na een internationale carrière van meer dan twintig jaar in Zuidoost-Azië was hij tot voor kort directeur van het Fedasiel-opvangcentrum in Koksijde.

Zijn combinatie van systeemdenken en praktijkervaring binnen de dagelijkse realiteit van migratie en opvang geeft hem een unieke visie op diversiteit en integratie. Dit zijn thema's waar hij een opvallende invalshoek op heeft en die uitnodigen tot een boeiend gesprek.



**Info** vooraf inschrijven ten laatste 5 september 2026 bij Marc Van Muylem [vanmuylem@skynet.be](mailto:vanmuylem@skynet.be) met vermelding: ontbijtgesprek naam + aantal personen



### ZONDAGEN IN HET VRIJZINNIG HUIS KOKSIJDE

Elke zondag is de bar van het Vrijzinnig Huis Koksijde open van 11u. tot 13.30u.

Ideaal voor een gezellige babbel en een drankje!

Beste lezers van de Sprokkel

Voor de dienstverlening van huisvandeMens Koksijde kunnen jullie tijdens de kantooruren terecht op het nummer 058 52 08 94.

Wij zijn elke 1ste en 3de vrijdag van de maand van 9.30u tot 12.00u aanwezig in het Vrijzinnig Huis Koksijde. Onze vrijwilliger Carla Nelissen staat dan klaar om jullie vragen te beantwoorden. Je kan op afspraak bij haar terecht voor gespreksbegeleiding of wilsverklaringen.

Huwelijksplannen? Wil je graag een vrijzinnig humanistische huwelijksplechtigheid? Bel gerust en dan maakt Talitha, de administratief medewerkster, alles in orde.

Consulent Julie zal het dan verder opvolgen zodat jullie ceremonie tot in detail geregeld is.

Voor dringende zaken, zoals een afscheidsplechtigheid, bel je best volgend nummer voor onze permanentiedienst: 057 23 06 30.

Bij vragen, aarzel niet om contact met ons op te nemen.

Vanuit onze vrijzinnig humanistische visie op mens en leven, luisteren we naar wat voor jou van betekenis is. We zijn er voor jou als je geconfronteerd wordt met verlies van iemand of van iets dat je leven kleur en zin geeft. Op de momenten dat het leven pijn doet, en je op zoek gaat naar hernieuwde zin in je bestaan.

Onze gesprekken zijn kosteloos en gebonden aan het beroepsgeheim.

Bij Carla ben je welkom voor een gesprek van mens tot mens. Ze luistert met warmte en respect. Alles wat besproken wordt, is vertrouwelijk. Er zijn geen taboes.

Bij Carla ben je ook welkom voor een gesprek over het levenseinde. Je krijgt er professionele informatie en steun. Hoe vul ik een wilsverklaring in? Hoe kan ik waardig sterven? Kan ik euthanasie aanvragen bij dementie? Wat is palliatieve sedatie? Op al deze vragen kun je er antwoord krijgen. We overlopen samen het LEIFplan.



## Geboorte of adoptieplechtigheid: het huisvandeMens begeleidt van A tot Z

Een kindje op komst? Als ouder begin je te dromen over de toekomst, over wat je wenst voor je kleintje, wat je hem of haar graag wil meegeven, hoe je de opvoeding zal aanpakken. Onder andere hierover kan je het hebben bij je familie en vrienden tijdens een unieke plechtigheid op maat. Een warm welkom met inhoud, humor, muziek, symboliek, en vooral heel veel liefde... Het huisvandeMens helpt je om er iets onvergetelijks van te maken – wanneer, hoe en waar jij het wil. Thuis bijvoorbeeld, of in een feestzaal of vrijzinnig centrum. Ook buiten is een optie.

Ook de timing ligt in jouw handen. Plan je graag op je gemak nadat je eerst wat op je plooi bent gekomen of liever kort na de geboorte? Wie weet doe jij zelfs graag iets nog vóór de geboorte? Babyshowers, gender reveal-parties, ... ze komen steeds meer in zwang.

Als vrijzinnig humanisten zetten we de mens centraal: de baby, en natuurlijk ook de ouders, het gezin, de familie en vrienden. Omdat elk persoon uniek is, is daarom ook elke plechtigheid uniek. Hou je van kort en plechtig, of van lang en luchtig? Laat je graag de grootouders aan het woord, en willen broer en zus een liedje zingen? Plant je een boom of vul je een wenskiest? Willen meter en peter iets vertellen? Alles kan en mag!

Misschien was zwanger raken en/of blijven geen sinecure en wil je daar ook aandacht voor? Misschien zit je in een complex nieuw samengesteld gezin? Misschien komt jouw kindje via adoptie in je leven? Misschien zijn er in jouw gezin alleen maar papa's of mama's, of ga je dit avontuur als alleenstaande ouder aan? Omdat onze dienstverlening op maat is, kunnen we zonder problemen en met de nodige zorg stil staan bij jouw specifieke situatie. Wat jouw verhaal ook is, samen maken we er iets moois van!

Op [www.geboorteplichtigheid.be](http://www.geboorteplichtigheid.be) lees je er meer over.



## Vrijdag 6 maart 8ste QUIZT'ET



Op vrijdag 6 maart 2026 streden dertien quizteams om de titel tijdens de 8ste editie van QUIZT'ET, georganiseerd in het Vrijzinnig Huis Koksijde. Dit succesvolle evenement kwam tot stand dankzij een samenwerking tussen het Vrijzinnig Huis Koksijde en het huisvandeMens Ieper en Brugge.

Hoewel enkele teams van voorgaande jaren zich op het laatste moment moesten afmelden, wisten nieuwe deelnemers hun plaatsen in te vullen. Hierdoor was de zaal opnieuw goed gevuld. De avond verliep zoals gehoopt: een geslaagd samenzijn vol sportiviteit, gezelligheid en plezier. Al snel hing er een levendige sfeer, met volop denkkracht, zuchten van concentratie, schaterlachjes en natuurlijk af en toe een slokje om de keel te smeren.

Opvallende momenten uit de avond:

- Het tempo bleek voor sommige deelnemers net iets te pittig.
- Veel quizfanaten blijken niet meer gewend te zijn aan het schrijven in HOOFDLETTERS.
- De meeste Jokers werden ingezet bij de rondes Aardrijkskunde, Taal en Muziek.
- De afsluitende luisterronde werd als leuk ervaren, maar bleek ook dit keer erg uitdagend.
- Bij de smaakronde viel op dat iedereen wel van chips houdt, maar dat het benoemen van specifieke merken of soorten vaak lastig bleek.
- Teams waren duidelijk goed op de hoogte van hun sterke punten en wisten daar strategisch gebruik van te maken door hun Joker slim in te zetten.

- Maar liefst 28 keer slaagde een team erin om een perfecte score van 10/10 te behalen in een vragen- of foto-ronde. Proficiat!
- De winnende ploeg haalde een indrukwekkende 78,4%, terwijl het algemeen gemiddelde op 69% lag. Sommige ploegen zaten elkaar op de hielen, met slechts enkele puntjes verschil.

Uiteindelijk zag de top drie er als volgt uit:

1. QUIZTVANNIX – 198,5 punten
2. FAB FOUR – 192 punten
3. REPTILANS – 191 punten

Zij ontvingen een boekenbon als beloning, maar net als bij eerdere edities bleven we ook dit keer trouw aan ons motto: Iedereen wint. Niemand ging dus met lege handen naar huis, want dankzij de gulheid van onze sponsors kreeg elke speler een goedgevulde goodiebag mee. Door de genereuze steun van enkele topsponsors konden we zelfs twee extra teams in de bloemetjes zetten, wat ervoor zorgde dat de spanning tot het allerlaatste moment van deze 8ste editie van QUIZT'ET behouden bleef.

Gefeliciteerd aan alle deelnemers, en een bijzonder woord van dank aan alle vrijwilligers voor hun geweldige inzet, met speciale erkenning voor Britt als toegewijde quizmaster.

*Denise Van der Meiren*



## Vissershulde in Oostende op zaterdag 25 april: een eerbetoon aan de helden van de zee

Op zaterdag 25 april organiseert het Vrijzinnig Laïciserend Centrum Oostende vzw opnieuw de jaarlijkse Vissershulde – Dag der Zeelieden in De Geuzetorre. Tijdens dit evenement staat de nagedachtenis aan de vissers die hun leven verloren op zee centraal. Dit jaar wordt echter ook speciale aandacht besteed aan de vrouwen achter de schermen : de vissersvrouwen.



De gastspreker van dit jaar, Francine Lefèvre, gids bij het Visserijmuseum, lid van het VLC Oostende en lid van het Vrijzinnig Huis Koksijde, brengt hulde aan deze vaak onzichtbare heldinnen. Ze vertelt: "In mijn 26 jaren als gids in het NAVIGO-museum in Oostduinkerke, waar onder andere het schilderij van " de vissersvrouw met baby op de arm van de "plein-artiest" Edgar Sarrazijn die aan de vloedlijn sporen zoekt van het vergane vaartuig van haar man hangt, werd ik vaak geraakt door de verhalen over de vissersvrouwen. Zoals Renaud schreef: 'Het is niet de mens die de zee neemt, het is de zee die de mens neemt.'"

Bij deze hulde worden niet alleen de vissers herdacht die op zee zijn achtergebleven, maar ook hun vrouwen en families die met het verlies en trauma hebben leren leven. In een door mannen gedomineerde sector gaat de aandacht voornamelijk naar degenen die fysiek op zee werken, maar vrouwen nemen een centrale rol aan wal op zich. Toch blijft hun bijdrage te vaak onderbelicht.

Er bestaan nog steeds vele bijgeloven in de visserswereld. Een vrouw wordt als een wisselvallig element beschouwd; zij mag bijvoorbeeld nooit aan boord komen of het aanmeertouw losgooien, want dat zou ongeluk brengen. Toch zijn het juist deze vrouwen die essentieel zijn voor het hele systeem rondom de visserij : ze zorgen voor voedselvoorraden, bereiden de mannen voor op hun vaak gevaarlijke reizen, nemen alle zorgtaken op zich en regelen administratieve zaken.

Het harde leven van vissersfamilies laat diepe sporen na. Als een visser niet terugkeert of als er geen contact mogelijk is, ontstaat er een verlammende angst bij de achterblijvende gezinsleden. Hoewel dit gevoel vaak verborgen wordt voor buitenstaanders, overheerst het wel degelijk binnen de vissersgezinnen. Dit is een realiteit die Francine uit eerste hand kent, dankzij haar schoonfamilie in Blankenberge, die hierover fluisterend sprak – enkel binnenskamers.

Naast religieuze begeleiding door priesters bieden vandaag ook vrijzinnige consulenten steun aan families in vissersgemeenschappen zoals Oostende, Blankenberge en Koksijde. Want het leven met een visser is geen eenvoudig bestaan. Er wordt soms schertsend gezegd : je moet gek zijn om met een visser te trouwen. Historisch werden vissers vaak afgeschilderd als ruw of zelfs losbandig en droegen ze gouden oorkingen – niet als sieraad, maar als identificatie bij ongevallen op zee en als een laatste middel om hun begrafenis te kunnen betalen.

Als ze terugkeerden van hun tochten naar verre oorden zoals de Faeröereilanden, deelden ze sterke verhalen over wat ze beleefd hadden : het rapen van eieren, het verzamelen van eiderdons of ontmoetingen met Duitse nonnen in een IJslandse kliniek na ongelukken. Toch heerste er ook onderlinge stilzwijgendheid over angsten en zorgen. De harde realiteit van zware stormen, torenhoge brandstofprijzen, visquota of zelfs de kabeljauwoorlogen kwamen zelden op tafel thuis ; daar wisselden ze ervaringen pas met elkaar aan de toeg.

De belangrijkste rol werd bijna altijd toebedeeld aan 'de vissers', terwijl hun vrouwen nauwelijks vernoemd werden. Deze vrouwen bleven thuis alleen achter met hun angsten

en verantwoordelijkheden terwijl ze hoopten op goed nieuws. Luisterend naar de maritieme radio en het loeien van de stormwinden wisten zij even goed wat zich op zee afspeelde – de strijd tegen de elementen was ook hun strijd.

De Vissersshulde in Oostende is daarom niet enkel een moment om stil te staan bij hen die op zee bleven, maar ook bij hen die aan land standvastig overeind bleven – dag na dag, jaar na jaar. Want achter iedere visser staat er altijd iemand aan wal, even sterk en onmisbaar.

Ik ken deze verhalen uit mijn familie, waar de mannen vissers waren in hart en nieren. Het vissersleven lieten ze uiteindelijk achter zich voor een veiliger bestaan in de horeca, waar ze hoteliers of elektriciens werden. In de wereld van de vissersvrouwen en -dochters werd amper uit hun leven verteld. Het was een aparte wereld. Dit is echter niet anders voor de vrouwen van de west- of de oostkust.

Het staat vast dat een vrouw haar visser altijd moet delen met de zee – zijn trouwe, maar soms ook verraderlijke minnares. Hoe zeer hij ook verlangt naar huis, naar zijn vrouw en kinderen, drijft iets hem toch telkens weer het ruime sop op. De meeste meisjes leren hun visser al op jonge leeftijd kennen, soms tegen de zin van hun ouders. Het leven met een visser is onregelmatig : hij is zelden thuis en heeft weinig tijd voor zijn geliefde. Toen trouwde men nog in de kerk, maar wittebroodsweken waren er niet bij. Wit brood ging niet lang mee op zee ; na een dag was het groen en zwart. Tegenwoordig hebben ze ovens om brood af te bakken en bewaren ze eten in koelkasten of vriezers aan boord.

Vroeger keek men vreemd naar vissers die niet naar de kerk gingen. In mijn dorp noemde men hun wijk De Geuzenhoek, nu heet dat de wijk Kerkepanne (panne = diepte in de duinen.) Later probeerden geestelijken die naam te verfraaien door het Kustpanne te noemen, een verwijzing naar die diepte, wat respectabeler klonk.

Voor de vrouwen van de vissers betekende het een flinke stap om zelfstandig te worden, weg van de geborgenheid van hun ouderlijk huis. De eenzaamheid was groot wanneer hun mannen op zee waren, bezig met het zoeken naar visgronden. Soms bleven die mannen weken weg, maakten ze dubbele of driedubbele reizen om meer geld te verdienen. Het gebeurde steeds vaker dat ze per vliegtuig naar huis terugkwamen, terwijl hun schip elders in Engeland werd gelost en andere bemanningsleden de vaart overnamen.

Wanneer hun man of zoon op zee is, worden nerveuze momenten thuis enkel versterkt door fantasie en vrees voor het onbekende. Vissers praten niet graag over hun zwaarste ervaringen ; angst lijkt geen plek te hebben in hun vocabulaire. Ze zeggen nooit bang voor de dood te zijn, alleen dat ze "door moeten".

Toch helpt het verlies van een schip zwaar mee in hun rouwproces – al blijven veel mannen stil om hun vrouwen niet ongerust te maken, terwijl hun schip op een andere locatie in Engeland werd gelost en andere bemanningsleden de reis voortzetten.

De angst onder de vrouwen was ondraaglijk wanneer er geen nieuws kwam, of wanneer geruchten over een vergane schip de ronde deden. Iedere keer dat hun mannen vertrokken, werden traumatische herinneringen opnieuw tot leven gewekt. Het leven op zee was meedogenloos, of het nu op de Noordzee, de Ierse Zee of rondom IJsland was. Altijd was daar die onvoorspelbare zee waar hun mannen zo naar verlangden, maar die thuis enkel zorgen bracht. Zoals Fientje en Julia zeiden: "Wanneer het stormde, wandelden we graag over de dijk. Er was iets indrukwekkends en groots aan. Maar als onze mannen op zee waren, voelde diezelfde storm ineens als onze grootste vijand."

Elke vrouw leefde met een bittere angst als het weer ontketende terwijl haar man of zoon op zee was. Uren van slapeloosheid bracht ze door, luisterend naar het geloei van de wind en het kraken van het huis dat onder druk stond van het duistere natuurgeweld buiten. Bijgeloof was diepgeworteld in het vissersleven ; zelfs degenen die zelden een kerk bezochten, hadden hun rituelen. Kaarsjes werden gebrand, Weesgegroettes gefluisterd. Mijn schoonmaakster vertelde eens dat tijdens stormachtige nachten alle lichten in huis brandden, inclusief kaarsen. Overmand door angst dwaalde ze door haar huis, keek uit het raam naar de donkere horizon, zette de televisie aan en zat verstijfd te luisteren naar Radio Oostende, voortdurend hopen op een teken van leven. Mobiele telefoons leken in dat soort omstandigheden vaak nutteloos door slechte verbindingen. Jonge moeders namen soms hun kinderen bij zich in bed, alsof ze letterlijk over hen waakten.

De krabbenvisseries die wel eens op televisie te zien waren, gefilmd in de ijzige wateren van het hoge noorden, werden door sommigen vermeden – ze voedden de angst alleen maar meer. Een visser uit mijn buurt vertelde ooit dat hun kapitein na elke gigantische golf zijn bemanning telde; één moment van onoplettendheid kon fataal zijn. Maar misschien wel het zwaarst was het totale gebrek aan nieuws als een schip of bemanning simpelweg onvindbaar leek. In vroegere tijden bestond er überhaupt geen communicatie; tegenwoordig zijn er gsm's, faxen, computers en zelfs satellietverbindingen, maar niets kan de geruststellende klank van een geliefde stem vervangen.

Wanneer hij op zee is, lijken nervositeit en vrees zich samen te ballen tot een ondraaglijke spanning thuis. De machteloosheid voedt de fantasie en versterkt de ergste angsten. Vissers zelf spreken zelden over hun moeilijkste momenten; woorden als "angst" of "vrees" ontbreken

vrijwel volledig in hun woordenschat. Ze beweren niet bang te zijn voor de dood – enkel vastbesloten om door te gaan, altijd maar door.

En toch—het verlies van een schip blijft een loodzware last in het collectieve verdriet. Veel vissers zwijgen uit een diepgeworteld plichtsgevoel om hun vrouwen niet nog meer zorgen te geven.

Ongevallen met grote tankers en vrachtschepen komen ook voor. De vrouwen beseffen dit maar al te goed, en bij die gedachte voelen ze de angst door hun lichaam razen. Het idee alleen al om een man, vader, broer of zoon op zee te verliezen, snijdt diep. Mannen zwijgen vaak over zulke angsten, maar onderling delen vrouwen wel hun zorgen en verdriet.

Telkens wanneer ze het geluid van een helikopter horen overvliegen, maakt hun hart een sprongetje van angst. Het is een teken dat er iets mis is gegaan op zee. Ze voelen zich misselijk, soms op het punt van flauwvallen, als ze horen dat er een reddingsvlot is geborgen – soms met een overlevende vol verhalen over wat er is gebeurd. Maar opgevisst worden is helaas niet altijd het geval; lichamen komen zelden terug, en de identificatie van de verloren geliefden blijft soms onmogelijk. Het verdriet wordt dan verstikkend; rouw zonder afscheid voelen ze als een onaf hoofdstuk. Het verlies van een dierbare op zee is misschien wel wreder dan verlies door ziekte: je kunt je er niet op voorbereiden.

Tegenwoordig biedt moderne technologie enige troost. Via radiocontact, bijvoorbeeld met Oostende Radio, konden vrouwen hun echtgenoten tijdens een vast tijdstip bereiken, vooral wanneer de zee onrustig was. Toch bood dat eerder een schijnveiligheid. Sommigen zaten dag en nacht gespannen te luisteren naar de noodfrequentie, en iedere keer dat de beruchte Mayday werd omgeroepen, ging hun hart tekeer van paniek. Moderne navigatiesystemen, GPS en satellietbeelden bieden tegenwoordig meer zekerheid, maar het blijft een gevaarlijk beroep. En al leeft de hele gemeenschap mee in tijden van nood, voor de achterblijvers blijft het verlies zwaar en is het wachten alleen des te moeilijker.

Het leven aan land ging echter altijd door. Naast het wachten hielden de vrouwen zich bezig met lossen, sorteren en schoonmaken om alles klaar te maken voor de volgende tocht op zee. En in het geval van verlies kwamen alle verantwoordelijkheden in hun handen terecht: de financiën beheren, verzekeringen afhandelen, huishuur betalen en zorgen voor de kinderen.

Toch waren er ook momenten van samenzijn. In gemeenschappen zoals die van Oostende Phare & Extension (OPEX) brachten vissersvrouwen tijd met elkaar door, waarbij ze elkaar steunden in tijden van verdriet.

Historisch gezien was het vissersleven verweven met specifieke wijken – denk aan de Pannestraat in Heist of de Vissersstraat in Blankenberge – waar families dicht bij elkaar woonden, elkaar hielpen en elkaars pijn deelden.

Niet alleen families, ook de reddingsdiensten dragen een zware emotionele last. Voor hen is elk incident op zee een gevecht met angst en trauma's. Hun werk brengt hen keer op keer dicht bij de zee en haar risico's, en elke redding laat littekens achter.

Rondom verlies wordt vaak gezegd: tijd heelt wonden, maar eigenlijk leert tijd ons vooral omgaan met verdriet. Met geduld leren sommigen langzaam nieuwe schoonheid te zien en veranderen pijnlijke herinneringen in zachte vertakkingen die uiteindelijk de scherpe randen van het leed wat kunnen verzachten.

Naast verdriet brengt het overlijden van een visser ook financiële uitdagingen met zich mee. Gelukkig zijn er in de loop der jaren verbeteringen gekomen; waar gezinnen vroeger maandenlang in armoede konden belanden voordat regelingen getroffen werden, zijn er nu structuren om sneller ondersteuning te bieden. In geval van overlijden treedt er een duidelijk stappenplan in werking ("Dodelijke ongevallen op zee"), en zorgen instanties zoals het Visserfonds ervoor dat gezinnen tijdelijke financiële ademruimte krijgen totdat officiële uitkeringen rond zijn. Ook fondsen zoals 't Zal Wel Gaan, opgericht door aalmoezeniers, bieden hulp in crisissituaties.

Wanneer lichamen na een lange tijd in zee toch worden gevonden of aanspoelen, moet er identificatie plaatsvinden – een noodzakelijk proces voor het afsluiten van de rouwverwerking. Tegenwoordig biedt DNA-onderzoek hier uitkomst, al waren herkenningskenmerken zoals tatoeages of protheses vroeger vaak cruciaal. Die identificatie maakt het mogelijk om los te laten en met het gemis verder te leven.

Sommige vissers vragen nu om begraving te vervangen door verstrooiing op zee, terwijl anderen kiezen voor een ander symbolisch afscheid volgens hun levensbeschouwing

De persoon van wie je hield is verdwenen, en niemand weet waarheen. Men zegt dat het een lange reis is, een zoektocht naar een ander land, terwijl wij hulpeloos aan de oever blijven staan. We verlangen ernaar het te begrijpen, om het verdriet woorden te geven, het een veilige naam te geven, zodat we verder kunnen gaan.

Ik heb gezegd ,bedankt dat je hebt geluisterd.

*Francine Lefèvre*



**Vrijdag 8 mei**  
**Hulde aan alle verzetsstrijders van WO II**



Vyvey en mede-initiatiefnemer van de Struikelstenen in Nieuwpoort, sprak eveneens tot het publiek. Hij deelde persoonlijke verhalen en benadrukte het belang van herinnering en erkenning.

Tijdens de onthulling werd een symbolische minuut stilte gehouden ter nagedachtenis van allen die hun leven hebben gegeven: soldaten, verzetsstrijders en onschuldige burgers die met opoffering en moed hebben gestreden voor vrijheid. Er was ook aandacht voor de overlevenden, zij die dagelijks de zware last dragen van oorlogstrauma's, veroorzaakt door eigen of andermans ervaringen. Tevens werd stilgestaan bij het verlies van dierbaren—familieleden, vrienden en geliefden—die een onvervangbare leegte hebben achtergelaten in de levens van velen.

De plechtigheid werd afgesloten met een receptie aangeboden door HV Westhoek.

*Denise Van der Meiren  
Lid Humanistisch Verbond Westhoek  
Lid Vrijzinnig Huis Koksijde*

Op 8 mei 1945 wordt in België het einde van de Tweede Wereldoorlog herdacht, samen met de overgave van nazi-Duitsland en de overwinning op het fascisme. Om deze historische gebeurtenis op passende wijze te herdenken, organiseerde het Humanistisch Verbond Westhoek i.s.m. het Vrijzinnig Huis Koksijde op 8 mei 2026 om 11 uur een bijzondere plechtigheid ter ere van de helden van het verzet.

In de voortuin van het Vrijzinnig Huis Koksijde werd een speciaal hiervoor ontworpen gedenkplaat officieel onthuld. De ceremonie vond plaats in een ingetogen en respectvolle sfeer.

Joeri Stekelorum, voorzitter van het Vrijzinnig Huis Koksijde, opende de bijeenkomst met een warm welkom voor de talrijke aanwezigen. Daarna lichtte Chris Asseloos, voorzitter van het Humanistisch Verbond Westhoek, het doel van het initiatief toe. Hij onderstreepte dat de gedenkplaat niet alleen dient om de moedige inzet van verzetsstrijders te eren, maar ook om stil te staan bij alle slachtoffers van nazisme, oorlog en onderdrukking.

Kristof Van Mierop, kleinzoon van verzetsstrijder Roger



---

 Donderdag 9 april

**Ludo De Brabander “KUNNEN WE OORLOG VERMIJDEN?”**


---



De oorlog in Oekraïne gaf de NAVO opnieuw wind in de zeilen. 'We realiseerden de grootste versterking van onze collectieve defensie in een generatie', luidt het in de slotverklaring van de Washington-top. Er valt weinig te vieren. In Europa klinkt de oorlogstrom. Met de spanningen neemt de bewapening toe. De kernwapendreiging was nooit eerder zo groot. Volgens Charles Michel moeten we zelfs omschakelen naar een oorlogseconomie.

'Onze belofte om elkaar en elke centimeter geallieerd grondgebied te allen tijde te verdedigen is ijzersterk', klonk het strijdvaardig in Washington. De kernboodschap : de diplomatie heeft gefaald en dat is de schuld van "de ander".

In het oprichtingsverdrag van de NAVO uit 1949 staat dat de NAVO is gegrondvest op gedeelde waarden van 'mensenrechten, democratie en de rechtsstaat' met de Portugese dictatuur van Antonio Salazar als een van de 12 stichtende leden. De VS en de NAVO zouden daarop militaire staatsgrepen in tal van landen tolereren, steunen of zelf organiseren zoals in Griekenland en Turkije, twee NAVO-lidstaten. In die eerste decennia vochten verschillende NAVO-landen bloedige oorlogen uit in hun kolonies waar discriminatie, plunderingen en onderdrukking schering en inslag waren.

Tijdens de Koude Oorlog primeerde de strijd tegen het communisme boven de verdediging van de rechtsstaat. Ook na de Koude Oorlog voeren de NAVO-bondgenoten oorlogen die de Balkan, Afghanistan, Irak en Libië ontwrichtten. Telkens betaalde de burgerbevolking een hoge tol. Vandaag kan Israël met diplomatieke en militaire steun van verschillende NAVO-lidstaten Gaza straffeloos vernietigen. Mensenrechten ? Internationaal recht ?

De oostwaartse uitbreidingen van de NAVO in Europa na de Koude Oorlog zorgden van meet af aan voor spanningen met Rusland. De NAVO-leiders waren zich goed bewust van de potentiële risico's. Toenmalig veiligheidsadviseur Anthony Lake waarschuwde in 1995 Bill Clinton dat de Russische leiders ervan overtuigd zijn dat elke uitbreiding van de NAVO naar het oosten tegen de langetermijnbelangen van Rusland ingaat. Toenmalig Russisch president Boris Jeltsin had eerder al twee brieven gestuurd naar zijn VS-ambtsgenoot waarin hij schreef dat de uitbreiding van de NAVO niet alleen bij de oppositie, maar ook in gematigde kringen 'opgevat zal worden als een vorm van neo-isolatie van ons land'.

Toen de plannen op tafel lagen om ook Oekraïne op te nemen schreef William Burns, toenmalig VS-ambassadeur in Moskou in een confidencieel rapport : 'Deskundigen vertellen ons dat Rusland vooral bezorgd is dat de sterke verdeeldheid in Oekraïne over het NAVO-lidmaatschap - een groot deel van de etnisch-Russische gemeenschap was tegen het lidmaatschap - zou kunnen leiden tot een grote breuk, geweld of in het ergste geval een burgeroorlog. In dat geval zou Rusland moeten beslissen of het ingrijpt.'

Op de NAVO-top in Boekarest in 2008 werd beslist om Oekraïne uitzicht te geven op lidmaatschap. Frankrijk en Duitsland waren destijds tegen omdat het de machtsevenwichten tussen Europa en Rusland' verstoorde. De VS zette door waarop onmiddellijk de militaire samenwerking met Oekraïne werd opgeschroefd. Rusland trok ten oorlog om te voorkomen dat de NAVO dicht bij zijn grenzen zou komen. Een neutrale status van Oekraïne had een bloedbad kunnen voorkomen.

Sinds de Russische invasie is er maar één beleid : Oekraïne in de oorlog houden en zo Rusland verzwakken. Kort na de illegale Russische invasie stonden Rusland en Oekraïne op het punt om een akkoord te tekenen omdat beide landen inzagen dat ze hun doelstellingen niet militair konden verwezenlijken. Ze waren bereid tot verregaande concessies, met centraal de neutraliteit en sluitende veiligheidsgaranties voor Oekraïne. De VS en het Verenigd Koninkrijk weigerden evenwel hun steun en moedigden Kiev aan om verder te vechten. Sindsdien sneuvelde tienduizenden soldaten aan de beide kanten van het front.

De NAVO draagt met haar oostwaarts expansiebeleid en – de jongste jaren - militaire opbouw in Azië een grote verantwoordelijkheid in de militarisering van internationale relaties. De confrontatiepolitiek tegen Rusland en China, (door de NAVO "systemische rivalen" genoemd) voedt een gevaarlijke wapenwedloop en droeg ertoe bij dat het risico op een kernoorlog sterk toenam.

Het doembeeld van een imperiaal Rusland dat op het punt staat Europa binnen te vallen – ook al zou het openen van een tweede front met de NAVO voor de Russen zelfmoord zijn - is een ideaal excuus voor de militarisering van Europa. In de aanloop naar de NAVO-top zei NAVO-secretaris-generaal Stoltenberg trots dat inmiddels 23 lidstaten minstens 2% van hun BBP uitgeven aan hun militaire apparaat. Volgens een recent NAVO-rapport zullen de lidstaten dit jaar 18% meer uitgeven dan vorig jaar.

De NAVO is goed voor goed meer dan de helft van de wereldwijde militaire uitgaven, een aandeel dat zal blijven groeien. De militaire industrie ziet zo zijn invloed toenemen en doet gouden zaken. Niet toevallig was er in de marge van de top een conferentie met de militaire

industrie en beleidsmakers met het oog op het versterken van de militair-industriële basis en het opvoeren van de productie.

Het is absurd dat de verplichting om de militaire uitgaven op te trekken in een aantal Europese NAVO-landen gepaard gaat met de verplichting van de Europese Commissie om budgettair de broeksriem aan te halen. België moet van de EU 27 miljard besparen de komende 7 jaar. Tegelijk moet het militaire budget omhoog tot jaarlijks minstens 5 miljard euro extra om de NAVO-norm van 2% te kunnen halen. Dat verhindert snelle actie om onze planeet te behoeden voor de echte dreigingen zoals de klimaatverandering, ongelijkheid en armoede, en kernwapens. We hebben nood aan een veiligheidssysteem dat gericht is op mensen, inclusief is en gebaseerd op respect voor wederzijdse veiligheidsbelangen, op gemeenschappelijke veiligheid. De NAVO beantwoordt niet aan die doelstellingen.

In Europa hebben we dringend een staakt-het-vuren nodig om een potentiële escalatie af te wenden en het pad te effenen voor nieuwe ontwapeningsonderhandelingen. In het Midden-Oosten moet het Westen mensenrechten en internationaal recht consequent verdedigen door een einde te maken aan de genocide in Gaza. In Azië is er behoefte aan een grote veiligheidsconferentie met China over wederzijdse veiligheidsbelangen.

De wereld heeft nood aan menselijke veiligheid waar iedereen toegang heeft tot basisnoden als een belangrijke bijdrage tot geweldpreventie en conflictbeheersing. Het is tijd om het roer om te gooien naar een vredesbeleid met visionair leiderschap dat begrepen heeft dat het zo niet verder kan.

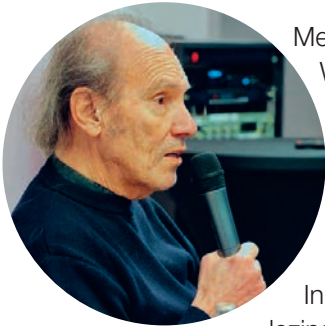
*Robert Claes*





Donderdag 12 februari

Rik Pinxten “Zoektocht naar een eerlijke nieuwe wereld”



Mensen & Wetenschap Westkust i.s.m. Willemsfonds en Humanistisch Verbond ontvingen in het Vrijzinnig Huis Koksijde prof. em. Rik Pinxten voor de voorstelling van zijn nieuw boek.

In een ruim anderhalf durende lezing slaagde de spreker erin de 48 toehoorders te boeien met een duidelijke diagnose van de hedendaagse wereldproblematiek en tevens een aanzet te geven voor de verbeterbaarheid van onze samenleving.

Paradoxaal of niet, maar de spreker vertrekt op deze verjaardag van de geboorte van Charles Darwin, grondlegger van de evolutieleer, van het creationisme dat een belangrijke invloed heeft gehad en nog heeft op het denken van de Westerse mens.

Immers, volgens de bijbel kreeg de door God geschapen mens (naar zijn evenbeeld) op de zesde dag de volledige heerschappij over de rest van de schepping.

Later werd deze heerschappij gereduceerd tot een rentmeesterschap, maar soit.

Maar in de feiten ging de mens zonder beperking aan de slag en worden mens en natuur twee verschillende realiteiten met nefaste gevolgen zoals later zou blijken.

Onbeperkte exploitatie van natuurlijke rijkdommen heeft geleid tot milieurampen, oorlogen en besmettelijke ziekten.

De Europese mens van de 15e eeuw en zijn cultuur werden als maatstaf genomen en het duurde bijvoorbeeld lang vooraleer Indianen als volwaardige mensen werden erkend. Zij bleven “natuurvolkeren” worden geheten in tegenstelling tot de “beschaafde” leden van de Westerse wereld.

Dit soort “verschildenken” werd aldus geboren en zou een eigen leven gaan leiden onder de vorm van de scheiding tussen Wij en Zij ( de migranten, de moslims,...)

Alhoewel recente studies het bewijs leverden dat de

mensheid één geheel vormt.

Vermits de mens de natuur exploiteert stellen we ecologische vernieling vast; het subtiele evenwicht is verbroken.

De kosten om dit evenwicht te herstellen zijn hoog, maar ze zullen nog verhogen indien er geen afdoende maatregelen op wereldniveau worden genomen.

Samen aanpakken; er is geen ontkomen aan !

De staatsstructuren vormen echter een hinderpaal voor een gecoördineerde actie.

De recente maatregelen van Trump in de VS dreigen de inspanningen om de klimaatcrisis te beheersen teniet te doen.

Een warme oproep van de spreker om ons bewust te maken van de problematiek.

Belangrijk is de opvoeding thuis en op school. Niet meer de kinderen “opvoeden” tot grondstof voor een competitief model, maar tot kritische en solidaire mensen.

Ook burgerinitiatieven brengen hoop; aan de politieke beleidsvoerders moet duidelijker worden gemaakt dat we verantwoord(elijk) ingrijpen willen.

Mensen & Wetenschap Westkust verheugt er zich over deze boodschap te hebben laten brengen door een deskundig en geëngageerd antropoloog, prof. em. Rik Pinxten.

Zijn boek is een aanrader : Rik Pinxten Een eerlijke nieuwe wereld. Uitgeverij Ertzberg 2025 302 p.



Marc Mortier

voorzitter Mensen & Wetenschap Westkust



Donderdag 12 maart

**Patsy Sörensen “Mensenhandel als belangrijk maatschappelijk probleem”**

In het Vrijzinnig Huis Koksijde organiseerden Mensen & Wetenschap Westkust i.s.m. Willemsfonds en Humanistisch Verbond een lezing over het onderwerp “Mensenhandel als belangrijk maatschappelijk probleem”. Hiervoor kon een beroep worden gedaan op de bekende Antwerpse mensenrechtenactiviste Patsy Sörensen.

In 1987 startte zij in Antwerpen PAYOKE, een opvangcentrum voor vrouwen in de prostitutie.

Ondertussen is er heel wat water door de Schelde gevloeid en heeft de problematiek van mensenhandel en uitbuiting zich verder ontwikkeld. Nog steeds worden mensen uitgebuit en zijn het voorwerp van mensenhandel maar zien we ook nog een uitbreiding naar mannen en jongeren in het algemeen. Gemakkelijk (veel) geld verdienen drijft ze onweerstaanbaar in de handen van criminele organisaties waaruit het ontsnappen bijzonder moeilijk is. Ook daar is nu PAYOKE mee bezig en geraakt meer en meer bekend als contactpunt/meldpunt wanneer dergelijke situaties zich voordoen.



Een oproep dus naar iedereen om verdachte omstandigheden te melden want meestal worden criminele activiteiten efficiënt afgedekt. Het leed van de slachtoffers is er niet minder door.



De opvang bestaat erin het slachtoffer terug te herstellen in zijn/haar volledig mens-zijn. Een aangepaste therapie en de begeleiding bij het zoeken naar een passende job zijn hierbij van het allergrootste belang.

Heidi, die samen met Patsy zorgt voor het management van deze ngo komt met een aantal schrijnende voorbeelden, van gebeurtenissen en toestanden van “naast de deur”, vandaar de eerder geformuleerde oproep om waakzaam te zijn en te blijven en mogelijke gevallen te signaleren.

Het talrijk opgekomen publiek luisterde met grote belangstelling naar beide sprekers. Alleen positieve reacties achteraf met als thema dat zowel de maatschappelijke problemen als de oplossingen zouden moeten kenbaar worden gemaakt.

*Marc Mortier*

*voorzitter Mensen & Wetenschap Westkust*



**Donderdag 7 mei**  
**Bart Libbrecht “Wetenschap en democratie”**



Op donderdag 7 mei 2026 organiseerde Mensen & Wetenschap Westkust i.s.m. Willemsfonds en Humanistisch Verbond deze lezing door dr. Bart Libbrecht, co-ordinator Mensen & Wetenschap Nationaal en Humanistisch Verbond.

De spreker ging uit van de vaststelling dat er toenemende problemen zijn voor onze “liberale democratie”

Deze staat voortdurend onder druk en riskeert in stilte af te glijden naar een autocratisch regime, dat ver af staat van hetgeen de burgers willen. Spectaculair in de VS, maar ook bij ons waar de politiek poogt buiten de burgers om een eigen beleid te voeren. Dr. Libbrecht ging uitgebreid in op het thema « vrijheid van mening zonder Waarheid”.

Aan de hand van talrijke voorbeelden toonde hij aan dat er hard wordt ingezet op de perceptie in de plaats van de realiteit (waarheid). De bedoeling hierbij is om de besluitvorming te onttrekken aan de (kennis van de) burger.

Een stevige reactie dringt zich op en daarbij neemt Mensen & Wetenschap een doortastend initiatief.

Onze organisatie doet dit door via de lokale afdelingen

de discussie onder de burgers op gang te brengen en verder te organiseren. Dit binnen het kader van zgn. lokale wetenschapsgemeenschappen. Ook in Koksijde, en dit voor de Westkust, zal dit initiatief vorm worden gegeven onder de leiding van Carla Nelissen. In een eerste stap zal worden gewerkt met belangstellenden om initiatieven en thema’s in kaart te brengen en prioriteiten te bepalen voor verdere behandeling. Dit initiatief staat open voor alle belangstellenden en overstijgt het domein van het Vrijzinnig Huis Koksijde en het vrijzinnig humanisme.



Een uitgebreide en levendige discussie met het publiek op het einde van de lezing was een hoopvol teken. Er is dus werk aan de winkel.

*Marc Mortier*  
voorzitter Mensen & Wetenschap Westkust

# Vrijzinnig Lentefeest Westhoek

## Zaterdag 16 mei 2026 - CC Casino Koksijde



Op zaterdag 16 mei 2026 vond opnieuw het Vrijzinnig Lentefeest plaats in het CC Casino Koksijde. Dit feestelijke evenement bracht 47 jonge kinderen samen die deze bijzondere overgang vierden. Het Lentefeest symboliseert het begin van een nieuwe levensfase voor zesjarigen. Ze laten hun kleutertijd achter zich en beginnen aan een periode waarin leren, ontdekken en nadenken over grote vragen centraal staan. Hoewel opgroeien vanzelf lijkt te gaan, vraagt het vormgeven van een eigen identiteit en het opgroeien tot een waardevolle wereldburger toch de nodige inzet en toewijding.

Tijdens de lessen niet-confessionele zedenleer worden de kinderen op een speelse manier uitgenodigd om na te denken over hun ontwikkeling. Vanuit een vrijzinnig-humanistisch perspectief leren ze wat het betekent om te groeien, zowel voor zichzelf als in relatie tot anderen en de wereld om hen heen. Voor het Lentefeest van 2026 diende het verhaal van de 'Gruffalo' als inspiratiebron – aansprekend voor de jonge feestgangers en vol waardevolle levenslessen.

Dankzij de algemene coördinatie van Sofie Deboeuf, leerkracht NCZ, en de ondersteuning van haar collega's werd dit feest wederom een onvergetelijke gebeurtenis.

Als hoogtepunt kreeg elk kind een goed gevulde rugzak met geschenken, wat zorgde voor blije gezichten en een sfeer van geluk en warmte gedurende deze speciale dag.



# Feest Vrijzinnige Jeugd Westhoek

## Zaterdag 23 mei 2026 - CC Casino Koksijde



Een week later, op zaterdag 23 mei 2026, vond het Feest Vrijzinnige Jeugd plaats voor 49 twaalfjarige leerlingen niet-confessionele zedenleer uit de Westkust.

Voor deze leerlingen markeert dit feest de afronding van hun lagereschooltijd en vormt het de viering van hun groei van kind naar jongvolwassene en wereldburger met een eigen identiteit. Ze bereiden zich nu voor op de overstap naar het middelbaar onderwijs, een nieuwe fase waarin ze steeds meer belangrijke keuzes zullen maken die hun verdere toekomst vormgeven. Dit overgangsmoment werd gevierd met een levendig en feestelijk programma.

Het scenario, uitgewerkt door NCZ-leerkracht Lies Gysel, was geïnspireerd op het verhaal van Kiokito. Dit verhaal draait om een kind dat beseft dat het zich niet meer volledig thuis voelt bij de kleintjes, maar tegelijkertijd nog niet helemaal volwassen is. Door reflectie en wijze lessen van zijn moeder leert Kiokito dat het leven draait om ontdekken, en dat ieder zijn eigen pad moet kiezen om te worden wie hij of zij wil zijn.

Beide feesten sloten af met een gezellige receptie, waar kinderen, ouders en familieleden in een ontspannen sfeer konden bijpraten onder het genot van smakelijke hapjes en drankjes. De opgewekte sfeer zorgde ervoor dat iedereen met een glimlach en warme herinneringen huiswaarts keerde.

Een welgemeend woord van dank gaat uit naar de leerkrachten niet-confessionele zedenleer, HV- bestuursleden, Panne Instituut, UVV, Vrijzinnig Huis Koksijde, de gemeente Koksijde en ook de trouwe leden en sympathisanten van het Humanistisch Verbond Westhoek. Dankzij hun onmisbare steun werden deze beide feesten werkelijkheid.

*Verslag: Denise Van der Meiren  
Foto's: Greta Raymaekers*



## AURELIUS AUGUSTINUS

### Belijdenissen

*Wie zijn hele leven doorgebracht heeft in de katholieke zuil is van jongs af aan vertrouwd gemaakt met Augustinus (354-430) en met zijn meest bekende werk, de Belijdenissen. Veel meer dan naambekendheid is dat niet. In het beste geval weet men nog dat Augustinus een liederlijk leven leidde voor zijn bekering onder invloed van zijn vrome moeder Monica; dat hij om kuisheid bad, 'maar niet meteen'; en dat zijn bekering gebeurde toen hij een stem hoorde die hem zei een boek te openen en te lezen (tolle, lege). Veel is dat niet. Het is typisch voor het oppervlakkige geloof van zowat alle christenen, men heeft wel de klok horen luiden, maar waar de klepel hangt?*



Ook ik was wat betreft Augustinus in dat geval gedurende het grootste gedeelte van mijn leven. Pas toen ik gepensioneerd was en me ging verdiepen in geloof en ongelof, las ik wat meer over Augustinus, en dat was niet meteen van aard om er veel meer over te weten te willen komen.

Toch werd mijn aandacht onwillekeurig getrokken door de Belijdenissen.. De tekst dateert van de jaren 397-400; informatie over de tekstoverlevering is uiterst schaars. Ik heb nergens gevonden dat er een autograaf zou bestaan van Augustinus. Dat is allesbehalve verwonderlijk: hijzelf schrijft bijvoorbeeld dat hij geen exemplaren meer heeft van een boek dat hij ooit geschreven heeft.

Dat gezegd zijnde, 'beken' ik graag dat de Belijdenissen me vanaf de eerste bladzijde geboeid hebben, en dat ik zonder veel moeite het boek heb uitgelezen.

Men benadrukt in de commentaren gemeenlijk vooral het grote schuldbesef over zijn leven voor zijn bekering, maar de beperkte feiten die hij daarover vermeldt zijn zeker geen reden om het boek te gaan lezen om zijn smeulige passages: die zijn er niet. Het is vooral vanuit het contrast met zijn latere strenge ascetische en celibataire priesterlijke levenswijze dat zijn vroegere zonden een zo aanzienlijk gewicht krijgen, althans in zijn ogen.

Voor moderne lezers, en allicht ook voor de modale vroegere lezers, is dat net andersom: Augustinus lijkt, net zoals Paulus, wel geobsedeerd door de zonde, en ziet kuisheid, dus onthouding van alle seksuele activiteit en gedachten, als de enige goede praktijk, als de enige aanvaardbare norm. De dramatische nefaste invloed van die verwoestende christelijke opvatting op de ontwikkeling van onze beschaving en op het seksuele leven van talloze individuen is onmogelijk te overschatten.

Vanaf het tiende boek, wij zouden zeggen hoofdstuk, verandert de toon, maar niet de inhoud. De auteur is nog steeds begaan met de waarheid, maar nu is hij bekeerd, en de waarheid is nu uitsluitend te vinden in de goddelijke openbaring. Het twaalfde hoofdstuk gaat over wat de wereld is, maar dat gebeurt helaas uitsluitend op basis van wat Genesis daarover zegt, en daar stelt Augustinus teleur, omdat hij zich als christen onmogelijk kan losmaken van het verplichte blinde en letterlijke geloof in de goddelijke openbaring door de Schrift.

Wat me vooral aantrok in deze tekst van Augustinus was zijn Godsbeeld. Vaak kon ik, zeker in de eerste hoofdstukken, door zijn bloemrijke taal heen een glimp opvangen van wat Einstein de God van Spinoza heeft genoemd, God als het Universum,

veeleer dan de gepersonifieerde God de Vader, en zonder de Christusfiguur die het allemaal zo moeilijk maakt. Het is vooral dat oorspronkelijke, algemeen menselijke aspect dat mijn aandacht gaande hield, en me zelfs in de meest mystiek gekleurde passages toch nog enige verwantschap liet aanvoelen met deze ongetwijfeld intelligente maar overigens heel complexe, om niet te zeggen zwaar gecompliceerde figuur.

Augustinus' Confessiones worden doorgaans tot de top van de wereldliteratuur gerekend. Dat leek me op het eerste gezicht overdreven, maar als ik me dan afvraag wat er wel toe behoort, moet ik na lezing toch, zij het schoorvoetend, bekennen dat die appreciatie voor deze vroege teksten uit de (christelijke) oudheid, ruim voor de val van het Romeinse rijk (476) niet helemaal misplaatst is, zeker in het licht van Augustinus' blijvende – maar helaas weinig verheffende – invloed op onze Ideeengeschichte.

Karel D'huyvetters

AURELIUS AUGUSTINUS

**Belijdenissen**

Non-Fictie

Damon, 2024

ISBN 9789463404280

## THOMAS PAINE

### Het tijdperk van de rede

*Paine schrijft een meesterlijk pleidooi tegen de misleidingen die in de Bijbel verhaald worden. Zolang er ook nog maar één Bijbel te vinden is, zou dit boek ernaast moeten liggen.*



Thomas Paine is geboren in Thetford (Norfolk, GB) op 29 januari 1737. Zijn schoolse opleiding was gering en op zijn dertiende begon hij bij zijn vader te werken. Daarna werkte hij bij de douane, waar hij zijn loon besteedde aan de aanschaf van boeken. Hij werd echter ontslagen waarna hij Benjamin Franklin ontmoette die hem aanraadde naar Amerika te emigreren. In 1774 vertrekt hij vanuit Londen naar Amerika

Hij was filosoof, vrijdenker en politiek schrijver met een revolutionaire zienswijze over staatsinrichting, burgerrechten en religie. Hij was belangrijk bij de Amerikaanse onafhankelijkheid en zijn geschriften werden gebruikt voor de tekst van de Amerikaanse Onafhankelijkheidsverklaring. In 1887 is hij terug in Engeland waar hij de Franse Revolutie verdedigde. Om een arrestatie te ontlopen, vlucht hij naar Frankrijk. Daar werd hij verkozen in de Nationale Conventie en richtte zich tegen de terreur van Robespierre. Net voor zijn arrestatie en zijn waarschijnlijke onthoofding, kon hij het eerste deel van "The age of reason" aan zijn uitgever bezorgen. De dag voor zijn veroordeling overleed Robespierre waardoor hij aan de guillotine ontsnapte. Thomas Jefferson nodigde hem in 1802 terug uit naar de Verenigde Staten te komen. Hij stierf eenzaam in New York op 8 juni 1809.

The age of reason werd in drie delen gepubliceerd in 1794, 1795 en 1807. Het werd vooral in de Verenigde Staten een bestseller. Nu zorgt uitgeverij Damon voor een nieuwe Nederlandstalige uitgave van deze klassieker van de vrijzinnige filosofie. De bijzonder verzorgde uitgave is verschenen als vierde deel in de reeks "Vrijdenkers". De vertaling en de inleiding zijn van Karel D'huyvetters. Hij zorgde voor een vlot leesbare tekst. Zijn inleiding is compact volledig en voldoende overtuigend om snel verder te lezen.

Paine benadrukt meermaals dat hij een

gelovige is, hij gelooft in een god, hij is deïst. Maar volgens hem heeft wat in Bijbel of Koran staat weinig of niets te maken met een goddelijke openbaring. Voor Paine is het woord Gods de schepping zelf die we overal kunnen aanschouwen. Die boodschap van God openbaart aan de mens al wat die moet weten over de schepper. Het is vanuit die idee dat Paine het "Heilige Boek" van de katholieken onder de loep neemt.

Paine gelooft in één god en in het eerste deel van Het tijdperk van de rede schrijft hij vanuit dit gegeven zijn geloofsbelijdenis. Naast dat geloof in één god, stelt hij de gelijkheid van ieder mens. Hij kan zich niet vinden in een joodse, roomse, of wat dan ook kerk die hij puur menselijke verzinsels vindt. Waar hij de figuur van Jezus Christus nog kan appreciëren, stoot het hem tegen de borst wat de stichters van de godsdienst ervan maakten. Wat volgt is een gedetailleerd onderzoek van de grondslagen van de katholieke kerk. Hij start zijn kritiek met algemene beschouwingen over de Bijbel. Het is een zeer gedetailleerd onderzoek en des te verbazingwekkender omdat hij bij het schrijven niet de beschikking had over de oorspronkelijke werken.

Het tweede deel begint met een korte beschrijving over hoe hij het werk heeft kunnen maken. Eerst komt het Oude Testament aan bod. Hij gebruikt de inhoud van het boek zelf om de ongerijmdheid van de zagezegde feiten te bewijzen. Er is geen zekerheid over wie de verschillende boeken heeft geschreven en Paine wijst aan dat de chronologie van de vertelde gebeurtenissen niet kan kloppen. Ook Mozes, als hoofdpersonage, wordt afgedaan als een bedrieger. Of althans diegenen die de figuur van Mozes misbruikt hebben. Vervolgens komt het Nieuw Testament aan bod. Op dezelfde overtuigende wijze haalt hij de inhoud van dit boek

onderuit.

De vier evangelies, Mattheus, Marcus, Lucas en Johannes noemt hij ieder apart een verzonnen verhaal dat dan ook nog miserabel verteld wordt. In niet minder dan twaalf passages toont hij aan hoe de waarheid geweld werd aangedaan.

In deel drie heeft Paine het tenslotte over de bedienaars van de godsdienst. Daarna volgt het essay over dromen. Het gemoed bestaat volgens hem uit verbeelding, oordeel en geheugen. Hij toetst deze vermogens aan wat de stichters van de godsdienst hiervan terecht hebben gebracht in de Bijbel.

Paine sluit tenslotte af met persoonlijke gedachten over de toekomst. Tegenover zijn overvloedige en gefundeerde kritiek op de Bijbel gelooft hij dat er een manier is waarop we God en de mensen heel goed kunnen dienen en daarna ook gelukkig zijn.

Dit werk is een voorbeeld van de rede in de geest van de Verlichting. Het is indrukwekkend hoe gezonde kritiek valse voorstellingen kunnen aantonen. Paine doet dat overvloedig en is dikwijls ongewild sarcastisch. Meermaals geeft hij aan dat het Bijbelverhaal humoristisch zou zijn als de overvloed van verhalen van moorden en geweld niet zo wreed waren geweest. Hoe kan men gedurende eeuwen en nu nog steeds deze teksten opleggen als gezonden door God? Het was wachten op Paine om dit weerlegd te krijgen en er zijn nog vele lezers nodig om deze leugens uit de wereld te helpen. Misschien was het een voorteken dat de voornaam van Paine (ongelovige) Thomas was.

*Paul Van Aelst*

THOMAS PAINE

**Het tijdperk van de rede**

Vertaling, Karel D'Huyvetters

Uitgeverij Damon, november 2025

EAN 9789463403757

## In de kijker

### Vertel eens iets over jezelf.

Ik ben Hermien, 30 jaar. Geboren en getogen in Poperinge, mama van Mathis (6 jaar) en Félien (4 jaar). In september 2025 ben ik getrouwd met David en sinds november 2025 ben ik het baasje van Border Collie Brownie.

Intussen ben ik iets meer dan een jaar aan het werk als administratief medewerker bij huisvandeMens Ieper – Diksmuide – Koksijde.

### Van waar komt je vrijzinnig engagement?

Ikzelf ben katholiek opgevoed geweest. Hiermee bedoel ik dat ik naar een katholieke school ging, mijn eerste en plechtige communie heb gedaan en verder enkel in de kerk kwam voor huwelijken of begrafenissen.

Toen David en ik zwanger werden hebben wij toen bewust gekozen om onze kindjes niet te laten dopen.

Op mijn eerste werkplek werkte ik 8 jaar. Daar werkte ik samen met mijn toenmalige collega Talitha. Nu ook mijn collega administratief medewerker voor Ieper – Diksmuide – Koksijde. Zij besliste in 2022 om op zoek te gaan naar een nieuwe professionele uitdaging. Toen ze mij uitleg gaf over waarvoor ze ging solliciteren, dacht ik “Wauw, dat ziet er wel leuk uit. Een administratieve job met impact en waar normen en waarden centraal staan.”

### Is vrijzinnig humanisme belangrijk voor jou?

Voor mij zijn normen en waarden heel belangrijk. Dit probeer ik ook zo goed mogelijk mee te geven in de opvoeding van mijn kinderen. Ik vind het belangrijk dat er respectvol wordt omgegaan met zowel mens als natuur.

Dat ze niet zomaar alles aannemen, maar zelf ook kritisch durven nadenken.

### Wat is jouw levensmotto?

Een levensmotto dat eigenlijk komt van mijn schoonvader is: “Doe een ander nooit aan, wat je zelf niet graag hebt”. Ik volg hem hierin, omdat ik me hier zeker en vast ook in kan vinden.

Heb respect voor de ander en behandel hem/haar respectvol. Zorg voor jezelf, maar ook voor elkaar.

### Wat is jouw link met het huisvandeMens?

Mijn eerste kennismaking met het huisvandeMens is via Talitha, een vroegere collega die intussen opnieuw mijn collega is geworden.

Inmiddels hebben David en ik ook alle gesprekken

afgerond met mijn huidige collega Julie. Zij werkt nu aan de uitwerking van de tekst voor onze huwelijksplechtigheid, die gepland is voor september 2026. In september 2025

zijn we burgerlijk getrouwd en dit jaar in september vieren we ons huwelijksfeest met familie en vrienden. Uiteraard kan een vrijzinnig humanistische plechtigheid daar niet bij ontbreken.

### Hoe vertaalt jouw vrijzinnig humanistische levensbeschouwing zich in je dagdagelijkse leven?

Ik probeer bewust te leven. Voldoende tijd te nemen om ook te genieten van het leven en geluk te zoeken in de kleine dingen. Daarnaast ben ik ook empathisch en heb ik respect voor anderen en hun overtuiging. Waarden zoals respect, gelijkwaardigheid en verantwoordelijkheid vind ik heel belangrijk. Al van jongs af aan kon je aan mij merken wanneer ik iets niet eerlijk vond.

### Welke normen en waarden vind je belangrijk? Wat geef jij mee met je kinderen?

Respect, zowel voor mens als dier.

Eerlijkheid, behulpzaamheid, rechtvaardigheid.

Zo hoop ik dat ze de beste versie van zichzelf worden en zorgen voor anderen

### Ben je ooit van mening veranderd over een fundamentele kwestie in je leven?

Ik ben niet per sé van mening veranderd over bepaalde zaken. Of toch niets waar ik nu kan opkomen, ongetwijfeld zijn er wel dingen, maar dit is dan zo organisch gegroeid. Sowieso krijg je in je leven nieuwe inzichten en veranderen je prioriteiten waardoor dus ook je mening hierover kan veranderen.

### Wat zou je graag nog willen verwezenlijken?

Zo veel mogelijk kunnen genieten van mijn leven en tevreden zijn met wat ik heb. Zo wil ik graag nog op reis gaan om van de natuur te kunnen genieten.

Ik wil ook mijn kinderen zien opgroeien tot twee zorgzame, zelfstandige personen die gelukkig zijn in hun leven.



Hermien Ingelaere

### Bedankt Hermien



## Ontbijtgesprek op zondagochtend

De geur van heerlijke koffie, brood, gebak en een aangenaam interessant gesprek, meer is er niet nodig op een zondagochtend. Daarom organiseert het Humanistisch Verbond Westhoek een ontbijtgesprek met Wim Van Laere.



### “Diversiteit en integratie zijn geen mening – het is een systeem vraag”

*Wim Van Laere is organisatiepsycholoog (RUG) en gespecialiseerd in kennistechnologie. Na een internationale carrière van meer dan twintig jaar in Zuidoost-Azië was hij tot voor kort directeur van het Fedasiel-opvangcentrum in Koksijde.*

*Zijn combinatie van systeemdenken en praktijkervaring binnen de dagelijkse realiteit van migratie en opvang geeft hem een unieke visie op diversiteit en integratie. Dit zijn thema's waar hij een opvallende invalshoek op heeft en die uitnodigen tot een boeiend gesprek met hem.*

Vooraf aan dit gesprek wordt U een verzorgd ontbijt aangeboden.

<b>Datum</b>	<b>zondag 13 september 2026</b>
Plaats	Vrijzinnig Huis Koksijde
Deuren	8u45
<b>Ontbijt</b>	<b>start 9u.</b>
Gespreksmoment	tot 11u.
<b>Deelname</b>	max. 40 deelnemers
	<b>€5 leden HV Westhoek</b> - Gratis kinderen -12j. €10 niet-leden Humanistisch Verbond Westhoek ter plaatse af te rekenen
<b>Voorinschrijven</b>	<b>Ten laatste 5 september 2026</b> Humanistisch Verbond Westhoek T.a.v. Marc Van Muylem vanmuylem@skynet.be met vermelding: ontbijtgesprek naam + aantal personen

Er is mogelijkheid tot vraagstelling en aansluitend kunnen de aanwezigen tijdens het zondags aperitiefmoment in het Vrijzinnig Huis gezellig napraten.

# Kunst - Zinnig

een initiatief van



## III - SPIEGELINGEN

vrijdag 16 oktober | 19.30 | **vernissage**

welkom door Joeri Stekelorum, voorzitter Vrijzinnig Huis Koksijde  
toelichting en duiding bij de werken  
receptie

zondag 18 oktober

11.00 – 12.00 | Muziek met leerlingen van StapWest  
12.00 – 13.30 | aperitiefmoment

zondag 25 oktober

15.00 | Artist talk – gesprek met de kunstenaars

**De tentoonstelling is te bezoeken op  
zaterdag 17 en 24 oktober van 14 – 17u en op zondagen 18 en 25 oktober 11-17u**

Locatie | Vrijzinnig Huis Koksijde, Galloperstraat 48, 8670 Koksijde

Info | [info@vrijzinnighuiskoksijde.be](mailto:info@vrijzinnighuiskoksijde.be)

Inschrijven | inschrijven voor de vernissage via [info@vrijzinnighuiskoksijde.be](mailto:info@vrijzinnighuiskoksijde.be), voor 13 oktober  
Kostprijs | gratis, met uitzondering van de dranken tijdens het aperitiefmoment op zondag

KUNST-ZINNIG is een initiatief van Vrijzinnig Huis Koksijde, dat lokale kunstenaars een forum biedt om met elkaar én met het publiek in dialoog te gaan. Een happening waar verbinding tussen mensen en de deelnemende kunstenaars het doel is, naast reflecteren door én participeren van het publiek. Communicatie én beleving staan centraal. Kijken én zien... Een eigen-zinnig project. Elk jaar staat een ander vrijzinnig-humanistisch thema centraal.

De namen van de deelnemende kunstenaars worden in het volgende nummer van de Sprokkel bekendgemaakt.



**Bericht aan  
de redactieleden /  
lidverenigingen**

**JAARPLANNING - DEADLINES**  
Respecteer deze deadlines voor  
het toesturen van gegevens:

Editie okt. – nov. – dec. 2026  
zondag 9 augustus 2026



**Vrijzinnig Huis Koksijde**  
Galopperstraat 48, 8670 Koksijde  
Tel. 058 52 08 94  
vrijzinnighuiskoksijde@gmail.com



**huisvandeMens Koksijde**  
Galopperstraat 48, 8670 Koksijde  
Tel. 058 52 08 94  
koksijde@demens.nu



**Willemsfonds Koekelare**  
contactpersoon: André Laveyne  
Brugse Heirweg 17  
8680 Koekelare  
Tel. 051 58 07 41  
andre.laveyne@hotmail



**huisvandeMens Diksmuide**  
Esenweg 30, 8600 Diksmuide  
Tel. 051 55 01 60  
diksmuide@demens.nu  
www.demens.nu



**Willemsfonds  
Veurne-De Panne-Koksijde**  
contactpersoon: Ivan Winnock  
Sasstraat 7, 8630 Veurne  
Tel. 058 31 23 57  
ivan.winnock@skynet.be



**Vrienden van het GO! Westhoek**  
contactpersoon: Annie Decler  
14° Artilleriestraat 7  
8600 Diksmuide  
Tel. 051 50 15 33  
vriendengo.westhoek@gmail.com



**Humanistisch Verbond Westhoek**  
contactpersoon:  
Christian Asseloos  
Ramskspellestraat 49  
8620 Nieuwpoort  
Gsm 0475 454039  
chr.asseloos@skynet.be



**Humanistisch Verbond  
Koekelare-Diksmuide**  
contactpersoon:  
André Laveyne  
Brugse Heirweg 17  
8680 Koekelare  
Tel. 051 58 07 41  
andre.laveyne1@telenet.be



**Mensen & Wetenschap Westkust**  
contactpersoon:  
Marc Mortier  
Astridplein 3-401  
8670 Koksijde  
Gsm 0475 97 21 98  
mensenwetenschapwestkust@gmail.com



Panne Instituut

**vzw Panne Instituut**  
contactpersoon:  
Marc Bossuyt  
Westhoekkiaan 60  
8660 De Panne  
Gsm 0474 50 20 47  
bosmarc@outlook.com



**Vermeylenfonds  
Koksijde-Oostduinkerke**  
contactpersoon:  
Eugeen De Picker  
Berthastraat 8, 8670 Koksijde  
Gsm 0475 28 05 30  
eugeen.de.picker@telenet.be