

ECHO

Vereniging waar armen het woord nemen



INHOUD:

1. Voorwoord	
• Betere voornemens	3
2. Uitstappen en evenementen	
• Circuscirkels	4
• Schoon en mooi	6
3. Info en actualiteit	
• Werkgroep cultuur	8
• Onderwijs: communicatie met ouders en tips	9
• Kleurkaarsen	10
• Een inkomen om erbij te horen	11
4. De Zuidpan: Het kookatelier gaat vreemd	14
5. Varia	
• Lene	17
• Onze jarigen	17
6. Poëtenhoek	18
7. Colofon	19



VOORWOORD

Betere voornemens

Is het nog zinvol, wanneer deze Echo in je bus valt, nog te schrijven over een zalige Kerstmis en een gelukkig nieuwjaar? Zo rap zijn we de vrome wensen vergeten in deze turbulente tijd, tenzij die wensen alleen maar gingen over onze finances of gezondheid. Ja, wel nodig, maar is dit het enige in het leven: materiële welvaart? Zijn dit de enige ingrediënten van écht menselijk geluk?

Vanwaar de vragen in dit voorwoord? Omdat wij binnen de Zuidpoort continu bezorgd zijn om het welzijn (welzijnszorg) van mensen. Zogezegd na datum wil ik hierbij toch nog refereren naar de kerstbrief die Emile ieder kerstfeest voorleest. Dat zorg om welzijn niet ophoudt bij een feestperiode, maar dag na dag een jaar lang en meer doorleeft, is wel omdat het gaat om waarden en normen die onze groei als mens verzekeren. Omdat ik dit mocht aanhoren in de kerstboodschap van Emile, wil ik zijn woorden integraal in dit voorwoord opnemen. Omdat ze weergeven en vertolken wat de meeste mensen van de Zuidpoort geloven en beamen.

Beste mensen,

Wij zijn hier allen tezamen en zitten aan gezellige tafels. Maar denk er eens over na, hoeveel mensen dat niet kunnen.

2011 is bijna ten einde. Wat gaat dat vlug. Een jaar van vallen en opstaan, mensen die ons hebben verlaten en mensen die ons nog zullen verlaten. Ik ga me daar niet over uitspreken.

Soms is het moeilijk om onder woorden te brengen: haat, kwaadsprekerij van iemand anders... Ik zeg het altijd: er zitten kwade maar ook goede dingen in de mens. Laten we de goede dingen naar boven halen en hopen op het beste. In die dagen van donker en licht is het meer voelbaar dan voorheen. In ieder van ons brandt een lichtje, maar u ziet het niet en u voelt het ook niet.

Daarom wens ik u allen een vreugdevolle Kerstmis toe en een gelukkig Nieuwjaar met een goede gezondheid! Dat wens ik u allen toe.

Een boodschap van verbondenheid, solidariteit, verzoening, rechtvaardigheid, is tijdloos en blijvend actueel. Die boodschap willen we koesteren en behoeden, wij mensen ondereen. Verbinding maken, kansrijke ontmoetingen creëren tussen armen en niet-armen, zijn zaden van geluk die we willen stimuleren. Dit wordt meer dan ooit een prioriteit binnen de Zuidpoort de komende tijd.

De goede krachten bundelen, altijd weer, in wederzijds vertrouwen, dit willen we nastreven, onvermoeid! We gaan door.

Yvette

UITSTAPPEN EN EVENEMENTEN

Circuscirkels

Elk jaar strijkt het bekende Circus Malter neer in Gent. Dit is een traditioneel familiecircus met Vlaamse artiesten. Zonder wilde dieren want dit is nu bij wet verboden.

Hugo heeft een avond in die circustent doorgebracht en hij praatte er graag met ons over.

Echo: Ga je vaak naar een circus, Hugo?

Hugo: Nee hoor, het was 20 jaar geleden. Een heel leuk weerzien.

Echo: Waar heb je het meest van genoten?

Hugo: De paardendressuur. Vier vrouwen reden elk op een paard. Eerst 2 aan twee, daarna in cirkels, daarna achteruit. Op het laatst deden ze die 4 paarden tegelijk steigeren. Het publiek riep: "Ooo!" Prachtig, vond ik dat.

Echo: En dan was er natuurlijk de sfeer?

Hugo: Natuurlijk. Ik zat er dan ook nog vlakbij. Dit is heel anders dan op de TV, je geniet meer, het is "echt".

Echo: Ik wed dat er een goochelaar was?

Hugo: Juist. Die deed een vrouw in een kist plaatsnemen en stak dan meerdere zwaarden door die kist heen... Maar de vrouw bleef ongedeerd. Ten slotte kroop hij boven op die kist en een seconde later zat die vrouw opeens bovenop de kist en hij erin. Hoe ze dat flikken?

Echo: Die hebben hun trucs, ja. Geen clowns gezien?

Hugo: Toch wel. Zij nodigden verschillende mensen in het publiek uit en deden er nummertjes mee. Het eindigde in een komische scène.



Echo: Daar zijn het clowns voor. Was er een pauze?

Hugo: Een lange pauze, voor mijn part te lang. Intussen leerden kinderen buiten behendigheidsspelletjes of haalden ze suikerspin. Hotdogs voor de volwassenen. Voor ik het vergeet: burgemeester Termont is iets komen zeggen. Het was namelijk een gratis avond voor kansarmen, gefinancierd door het OCMW en de Stad Gent.

Echo: Wat zag je na de pauze?

Hugo: Enkele lenige jongedames maakten een toren, en er volgde dan een behendigheidskunstenaar met ballen. Eerst gooide hij er 3 op, dan 5, dan 7, je kent dat wel. Daarna goochelde hij met brandende knuppels. Liever hij dan ik! Op het laatst mislukte er een nummer. Een meisje miste een paar keer met haar mes een ballon, en daar gaven ze een komische draai aan.

Echo: Vind je dat er iets ontbrak?

Hugo: Ja, ik had gehoopt trapezewerkers te zien. Maar die heb je blijkbaar niet veel meer.

Echo: Verder nog opmerkingen?

Hugo: Het was voldoende warm in de tent en de banken stonden goed opgesteld. Iedereen had een goed zicht. Het was een fijne avond, ik heb me zeker niet verveeld.

Echo: Een avond waarvan je kon nagenieten?

Hugo: Absoluut. Veel beter dan passief TV kijken.

Echo: Gelijk heb je, Hugo. Bedankt.

Roland



Schoon en mooi

Het Museum voor Schone Kunsten ("de Bozart") in Brussel gooide onlangs gastvrij zijn poorten open, en met een goede reden. Het Fonds vrijetijdsparticipatie bestaat 10 jaar. Verenigingen uit heel Vlaanderen hadden er mensen naartoe gestuurd. Een daarvan was Erwin.

Echo: Zat je de hele dag in Brussel, Erwin?

Erwin: Nee, alleen 's namiddags. Om 12 uur hadden we afgesproken in Sint-Pieters. De trein doet er maar een half uur over en de Bozart grenst bijna aan het Centraal Station.

Echo: Werden jullie daar goed ontvangen?

Erwin: Ja hoor, de koffie stond klaar. Eerst kregen we een speech te horen. Over de beroemde architect Victor Horta. Over de visie van die man, hoe hij is begonnen te ontwerpen.

Echo: Daarna volgde er allicht een rondleiding met uitleg?

Erwin: Natuurlijk. In een grote zaal was er een tempel opgesteld met 3 materialen: rood en grijs marmer en parket. Het rode marmer was in die tijd bedoeld voor de rijke klasse en het grijze voor de middenklasse. Het parket was gewoon de vloer waarover wij liepen. Ik leerde een en ander over België vóór de eerste wereldoorlog. Ons land was een belangrijke industrienatie. We hadden zelf grondstoffen en haalden die vooral uit de kolonie Kongo. Rubber en diamant. Horta is ook in het buitenland inspiratie gaan opdoen.



Echo: Nog dingen die in je geest zijn blijven hangen?

Erwin: Zeker. De Bozart heeft een koninklijke suite. Die was eerst bedoeld als een salon maar is de koninklijke loge geworden. Vanuit het koninklijke paleis kan je rechtstreeks in het museum. Wist ik niet.

***Echo: Ik ook niet, Erwin. In het museum zat ook Europalia Brazilië.
Wat vond je het interessantst?***

Erwin: De tentoonstelling over Horta.

Echo: O.k., maar vertel toch maar iets over de Europalia.

Erwin: Die tentoonstelling ging over Brazilië van de jaren vijftig tot nu. Het land is nog altijd voor een deel niet ontgonnen. In de jaren vijftig werd, midden in de jungle, een nieuwe hoofdstad gebouwd: Brasilia. Maar dat was een fiasco. Niemand wil er wonen.

Echo: Zag je geen Braziliaanse kunst?

Erwin: Toch wel. Die kunstenaars proberen met weinig middelen de mensen aan te spreken en aan te zetten tot denken en handelen. Ze werken ook met de sporen van de slavernij in dat land. Wat zij maken is mooi maar wat raadselachtig. Het is de bedoeling dat elke toeschouwer er zijn eigen betekenis aan geeft.

Echo: Allemaal mooi en wel, kunst en cultuur, maar jullie moeten toch stilaan honger hebben gehad?

Erwin: Ja, maar daar werd iets aan gedaan. Er volgde een goede receptie met broodjes en toast en andere lekkere dingen.

Echo: Je maakt me jaloers. Bedankt, Erwin.

Roland



INFO EN ACTUALITEIT

Werkgroep cultuur

Iedere derde zaterdag van de maand komen we in de Zuidpoort bijeen rond cultuur. Een vaste waarde. Cultuur in een breed perspectief. Niet alleen maar uitstappen plannen en culturele activiteiten op het programma inlassen, maar omgaan met verschillende culturen.

In een multiculturele samenleving worden we geconfronteerd met veel verschillende gewoonten, opvattingen en strekkingen. De verschillende culturen beter leren kennen, moet leiden tot verrijking. Wederzijdse uitwisseling bant vooroordelen en verkeerde inzichten. De groep binnen de Zuidpoort stond achter dit idee om kennis uit te wisselen en onze blik te verruimen.

Jan en Mario, de twee medestanders die de werkgroep trekken, nemen in samenspraak met de deelnemers initiatieven die deze verruiming beogen.

Zo hadden we al een kennismaking met verschillende theerituelen. Hun afkomst (land en religie) werd uitgelegd, gepaard gaande met het proeven van verschillende theesoorten. Dit gebeurde onder de vorm van een quiz, wat heel wat ambiance teweegbracht. Het was leuk en leerzaam.

De werkgroep rond het kerstfeest ging over de betekenis van Kerstmis in de verschillende religies. De oorsprong en de beleving, de veelzijdigheid en het karakter ervan. Wij ontdekten hoeveel overeenstemming er was met ons eigen kerstfeest zoals wij dit hier in het christelijke westen kennen.

Deze verkenning bracht ons zowaar tot een bezinning, waarbij wij stilstonden bij onze eigen persoonlijke beleving. Er was een open sfeer van luisteren en respect. Er hing een sereen klimaat binnen de groep, niet voorbereid maar echt.

De groep verlangt een moskee te bezoeken. De nodige afspraken worden gemaakt door Jan en Mario, die reeds contact hadden met een imam. Op het programma zou een bezoek staan met een inleiding over de islam, met nadien een ontmoeting met moslims en het serveren van thee. Dit houdt de belofte in van een rijke en leerzame bijeenkomst die de openheid naar verscheidenheid zal bevorderen.

Zo blijft de werkgroep cultuur in de Zuidpoort een belangrijk element van emancipatie en onderlinge samenhang die de dialoog bevordert onder elkaar en ook daarbuiten. Wij houden de lezers van de Echo regelmatig op de hoogte van de activiteiten, zodat zij mee kunnen genieten.

Yvette

Onderwijs: communicatie met ouders en zeer nuttige tips

Verschillende Zuidpoorters hebben jarenlang intensief samengewerkt in de themagroep onderwijs van de Zuidpoort. Het eerste deelthema was: “Hebben wij als ouder in armoede ook een plaats op school?” Dit handelde vooral over de communicatie tussen ouders in armoede en de school. Een en ander resulteerde uiteindelijk in een charter voor een goede communicatie met ouders (zie onze website) <http://www.dezuidpoortgent.be/onderwijs/charter>

Het thema communicatie staat momenteel bovenaan op de agenda in diverse bevoegde fora.

De rest van deze uitvoerige tekst ziet u op de homepage van de Zuidpoort-site:

www.dezuidpoortgent.be



vlaams netwerk
van verenigingen
waar armen
het woord
nemen

Heel veel in het onderwijs staat of valt met goede communicatie met de ouders. Het Vlaams Netwerk van verenigingen waar armen het woord nemen, heeft een reeks zeer ter zake doende tips opgesteld. Die vindt u eveneens op onze homepage.

Roland (met dank aan Monique Arickx, die ons deze heel interessante teksten bezorgde.)

Kleurkaarsen

Geachte lezers,

Hier ben ik terug met een klein verslagje van Geuren en kleuren.

Het is nu al een maand of vijf geleden dat de lessen van Geuren en kleuren van start zijn gegaan.

En we hebben al heel wat producten tot een goed einde kunnen maken en afwerken. Ook hebben we een nieuwjaarsreceptie achter de rug die heel goed verzorgd was. We hebben ook al verschillende geurkaarsen gemaakt en ik moet jullie zeggen dat er opnieuw prachtige exemplaren bij waren, en het meest dat mij opviel, is dat er geen enkele mislukt is.

We zijn nu in de maand februari en er zijn sommige mensen die vinden dat de lessen heel vlug voorbij gaan.

Het moeilijkste wat ze in de maand januari gemaakt hadden, dat was het beertje. Het is een prachtig kaarsje, maar heel wat mensen hadden wat moeilijkheden met het ontvormen.

Deze kaars wordt gemaakt in latexvormen, dus je kunt je wel voorstellen dat die latexvorm er ook terug af moet getrokken worden.

Aan de lezers van de Echo kan ik mededelen dat Geuren en kleuren zo in trek is dat ik geen leerlingen kan bijnemen dit seizoen.

Maar geen nood: in september beginnen we weer met een volgende sessie, dus ik zou zeggen inschrijven maar.

Je kunt dat doen op het volgende nummer 0485/68.81.23 of op het nummer van de Zuidpoort 0478/52.92.78. Als je het nummer neemt van de Zuidpoort, mag je vragen naar Eddy of Lene.

Wij zullen zorgen dat jullie vragen rond Geuren en kleuren goed beantwoord zijn.

Maar de juiste datum van de start van het nieuwe seizoen zal nog medegedeeld worden in de volgende Echo. Dus inschrijven maar.

Groetjes,

Eddy en Rolande.

Zie mijn website : <http://kaarsenatelier.wordpress.com>



Een inkomen om erbij te horen

Een leefbaar inkomen stelt mensen in staat om deel te hebben aan het maatschappelijke leven in al zijn rijkdom. Naarmate ze daarvan uitgesloten worden, neemt armoede toe en kwetst ze hen diep.

“Geld maakt niet gelukkig. Om precies te zijn: armoede maakt mensen ongelukkig”, schrijft Geert Noels in zijn blog over geluk.

(<http://www.wordechtrijk.be/nl-BE/blog/?Author=0dbd9b5b-5ac1-42ae-8ddc-49d59c89acb9>)

Kunnen we daarmee besluiten dat armoede meer is dan een inkomensprobleem? Mensen in armoede krijgen in ieder geval het gevoel er niet meer bij te (mogen, kunnen) horen. Ze ervaren uitsluiting op verschillende domeinen van het maatschappelijke leven. Die ervaring, meer dan de materiële beperkingen van een te laag inkomen, ervaren ze als het ergste aan armoede.

Onderzoek door Richard Wilkinson toont dan weer duidelijk aan dat samenlevingen waar een grotere gelijkheid heerst, op veel vlakken een betere kwaliteit laten zien. Het gaat dan om zaken zoals gezondheid, scholingsgraad, geweld, of gewoon het vertrouwen van mensen in elkaar.

Een groter geluk heeft dan, naast het realiseren van basisnoden, vooral ook te maken met maatschappelijke verbondenheid, zo blijkt uit onderzoek. Geert Noels schrijft hierover: “Sociale verbondenheid zit veel dieper dan alleen werk, hoewel het belang van werk natuurlijk ook wel speelt. Maar de familie, de buurt, het verenigingsleven, zijn allemaal belangrijke factoren in dit geluksproces. Economieën die deze aspecten een belangrijke plaats hebben gegeven scoren beter dan andere”. Bij dit laatste wil ik opnieuw een verbinding maken met een armoedeonderzoek dat Oases uitvoerde naar hoe mensen uit (generatie)armoede geraken. Het antwoord geeft aan dat het realiseren van een aantal basisrechten weliswaar noodzakelijk is, maar onvoldoende als mensen ook geen steun ervaren uit nieuwe netwerken.

Kortom, enkel focussen op inkomen, zonder een beleid te toetsen aan de mate waarin mensen echt ervaren deel uit te maken van de samenleving, is onvoldoende. Naast de eigen verantwoordelijkheid van mensen, speelt de maatschappelijke verantwoordelijkheid die mensen fundamentele basisrechten moet garanderen. Het gaat dan om betaalbare huisvesting, energievoorziening, gezondheidszorg, onderwijs, vrijetijdsbesteding of gewoon samenleven. De vraag is of ons huidige maatschappijmodel hier nog wel voor openstaat.

Inleving gevraagd

“In België (over)leven een 100.000 mensen met een leefloon. Voor Vlaanderen gaat het om 30.000 mensen. In onze gemeente waren het er in 2010 iets meer dan 100! En dan rekenen we de vele verdoken mensen in armoede niet mee. Wat het betekent om dagelijks rond te komen met een beperkt leefgeld... kan jij ook vrijwillig

aan de lijve ervaren. We zouden het knap vinden indien JIJ – samen met de burgemeester – het ook één week probeert!”

Zo lanceert De Kar, een Welzijnsschakel uit Brecht, haar 17 oktober-actie 2011.

Een getuigenis van iemand die de uitdaging aanging spreekt boekdelen:

”Vanuit mijn engagement binnen de Gezinsbond en sinds kort ook als medestander van De Kar wilde ik deze uitdaging aangaan. Ik overtuigde dus mijn man (onze kinderen zijn het huis uit) om mee te doen met deze inleefweek. We probeerden een week lang rond te komen met 80 euro. Het ‘weekleefgeld’ werd bepaald op 40 euro voor een volwassene plus 20 euro per inwonend kind.

We stelden een weekmenu samen. Meevallers waren dat we van iemand wat groenten kregen en dat onze broodkaart net vol was, zodat we één brood gratis kregen. We maakten een boodschappenlijstje en rekenden vooraf al uit wat ons dat ongeveer zou kosten. Ik deed mijn inkopen in een plaatselijke supermarkt en hield mij strikt aan mijn lijstje. Omdat er nogal wat rekenwerk aan te pas kwam (wat is het goedkoopste product en blijf ik binnen mijn vooraf berekende budget?) nam het winkelen veel tijd in beslag. Voor de voeding en het basispakket hygiëne lukte het ons net om de week door te komen met het beperkte leefgeld. Om energie te besparen stonden de droogkast en de vaatwasser een week stil.

Voor de extraatjes die het leven aangenamer maken, was er echter geen budgettaire ruimte. We kochten geen krant, gingen niets drinken na een fietstochtje en dat terwijl het echt terrasjesweer was. We namen aan

geen enkele culturele activiteit deel. Op onze huwelijksverjaardag gingen we niet uit eten, maar omdat het de voorlaatste dag van de inleefweek was en we geen onverwachte hindernissen waren tegengekomen, permitteerden we ons een stukje vis (snelverkoop tegen 50 procent) en een nagerechtje. We maakten het ons thuis ook gezellig.

Ik reed wel met de auto naar mijn werk (15 euro enkel voor benzine), omdat mijn werkplek moeilijk te bereiken is met het openbaar vervoer. Mijn man pendelt altijd en hij heeft een abonnement. Dat kostte ons dus niets extra's. Om te gaan helpen bij de ‘Soep op de stoep’-actie op de Ziezoodag van de Gezinsbond, kocht ik een treinticket van 6,40 euro (retour Noorderkempen–Antwerpen). Gelukkig was er in de Zoo een lunchpakket voorzien voor de vrijwilligers. Achteraf werd ik getrakteerd op een drankje door collega-vrijwilligers van de soepactie, maar niet terug kunnen trakteren is niet leuk.

Voortdurend moeten tellen en je geen extra's kunnen gunnen, is stresserend en zorgt voor spanningen. En dan er is ons nog geen onverwacht onheil overkomen! Dit is echt niet te doen, zo wil je niet leven.”

Een duurzaam slot

Neen, zo wil niemand leven, zo mag niemand leven zou je ook kunnen stellen. Daarom is het het onderzoek van Bérénice Storms naar een budgetstandaard om op een minimaal aanvaardbare manier te kunnen leven zo belangrijk.

Valt het te overwegen dat dit niet alleen belangrijk is in functie van het minimale-inkomensdebat maar ook in functie van een voldoende-inkomensdebat? Hierdoor komt ook herverderling in zicht als strategie om werk te maken van een samenleving waarin er meer gelijkheid heerst. Uit een dergelijke benadering van de strijd tegen armoede valt voor de samenleving meer voordeel te halen dan uit een vruchteloos trachten te overbruggen van de kloof die mensen in armoede scheidt van algemeen aanvaarde leefpatronen van de samenleving. Want die leefpatronen, laten we wel wezen, bieden geen duurzaam perspectief meer op samenleven.

Ons concreet samenzijn in De Zuidpoort, waarin we de tijd nemen om elkaar te ontmoeten en te leren kennen, krijgt zelf betekenis als bouwsteen aan een nieuw ervaren van welzijn dat niet meer gekoppeld is aan steeds groeiende materiële welvaart, maar aan de kwaliteit van onze relaties.

Diederik Janssens



ZUIDPAN

Het kookatelier van De Zuidpoort gaat vreemd.

Op 15 november 2011 werd het programma van het kookatelier niet bepaald door de deelnemers maar door de gastkok, mevrouw Hirono ("Hironosan") uit Japan.

Een 11-tal mensen waren nieuwsgierig genoeg om eraan deel te nemen en de lesgeefster liet maar al te graag in de kookkunsten van haar land delen.

Omdat het maken van sushi veel werk vraagt en vooral veel tijd (bvb. afkoelen van de rijst) werd een en ander op voorhand gedaan. Lia was bereid te helpen bij de verhuis van alles naar De Zuidpoort.

Wat maakten we klaar?

1) Misoshiru of Japanse soep

Ingrediënten:

Dashi = tot bloem vermalen gedroogde vis; wij gebruikten ongeveer 20 gr. voor 3 liter kokend water.

Miso = sojabonenpasta die veel of weinig zout kan bevatten; wij gebruikten de tussencategorie en daarvan ongeveer 180 gr. op 3 liter kokend water.

Om die eenvoudige soep klaar te maken kook je eerst water; de hoeveelheid hangt af van het aantal eters...

Daarin eerst de dashi en de miso vermengen. Daarna kunnen verschillende groenten zoals paddestoelen, ajuin, wortelen, prei... aan de soep een extra smaak en kleurtje geven; wij kozen voor paddestoelen en een beetje fijn gesneden prei.

Ook eieren of tofu (= wordt gemaakt van sojamelk) kunnen gebruikt worden.



2) Sushi

Ingrediënten:

Rijst (enkel ronde rijst, in de winkel vaak verkocht als sushirijst; langkorrelige rijst is niet geschikt omdat hij niet kleeft): 3 maatbekers zijn voldoende voor 5 personen (1 maatbeker = ongeveer 140 gr)

Voor de vulling, versiering: zie verder in de tekst van de bereiding.

De rijst wordt eerst grondig gewassen en gekookt met een waterbedekking ter hoogte van het eerste vingerkootje van de pink. Tot het kookpunt bereikt is, moet het vuur op volle kracht; daarna gaat het verder op een zacht vuur tot het vocht opgebruikt is.

Nadat de rijst gekookt is, laat hem eerst nog een 15-tal minuten rusten zonder de pot te openen; daarna wordt de rijst in een houten bak afgekoeld, vermengd met ongeveer 100 ml sushiazijn (af en toe proeven). Hierbij gaat men voorzichtig te werk en zorgt ervoor dat de rijstkorrels niet kapot gemaakt worden.

Dit had Hironosan al thuis gedaan samen met het snijwerk (reepjes en schelletjes van vis, komkommer ...)

Ook het ei was gebakken in een speciaal vierkant pannetje zodat mooie reepjes en rechthoekige schilletjes konden gemaakt worden zonder afval.



We maakten makisushi en nigirisushi.

Hiervoor is een kommetje met sushiazijn nodig om de vingers nat te maken en zo te vermijden dat de rijst aan de vingers kleeft.

Makisushi zijn rolletjes rijst met een vulling in het midden en aan de buitenkant een laag zeewier (nori).

Makisushi worden gerold met behulp van bamboematjes, die men best op krantenpapier legt. Op het matje wordt een hele (voor gevorderden eventueel een halve) nori gelegd met de ruwe kant naar boven. Met een rijstlepel worden enkele scheppen rijst op de nori aangebracht en met de natte vingers verspreid over wat meer dan de helft van de nori, zonder de rijstkorrels kapot te maken.

Daarop wordt in het midden de vulling gelegd: repen zalm, ei, komkommer, tonijn, avocado... Ook een mengsel van conserventonijn (sap afgegoten) en mayonaise of iets anders dat men graag eet, kan; men kan ook verschillende repen samen leggen zodat men een veelkleurige kern krijgt – het oog wil ook wat.

Dan wordt de rol gesloten door het matje rond het geheel te rollen en goed aan te drukken. De bekomen rol wordt op kranten of een stuk keukenrol gelegd met de sluiting naar onder; tenslotte wordt de rol in 6 à 8 even grote schijven gesneden (allemaal even hoog) en rechtopstaand geschikt op grote borden.



Nigirisushi zijn bolletjes rijst waarop schilletjes rauwe vis (vooral tonijn), gerookte zalm, maatjes (20 minuten in azijn gedrenkt en afgedroogd), tijgergarnaal of ei aangebracht wordt. Hierbij moeten de handen regelmatig afgekoeld worden met koud water - zeker bij het verwerken van rauwe vis - en vochtig gemaakt worden met azijn vóór het rollen.

Het geheel wordt mooi volgens kleur geschikt op grote borden.

Om te eten krijgt iedereen een schaaltje met wat sojasaus (sushisoja). Wie het graag pikanter heeft, kan daar een kleine hoeveelheid wasabi in vermengen. Er wordt maar een beetje saus genomen om de smaak van de vulling tot zijn recht te laten komen.

De meeste gasten wilden leren eten met (Japanse) stokjes en het lukte hen ook. Voor wie liever met de vingers at (de Japanners doen dat ook) was er per persoon een nat doekje (shibori) om regelmatig de handen af te kuisen.

Het heeft iedereen lekker gemaakt.

Hilde

VARIA

Lene

Begin januari heeft Samia haar taak doorgegeven aan Lene Vos. Na het West-Vlaamse accent nu een Limburgse tongval. Iedereen heeft haar hartelijk welkom geheten en we kijken er naar uit nog lang van haar talenten gebruik te kunnen maken.

Onze jarigen

<u>Februari</u>	<u>Maart</u>	<u>April</u>
11) Marijke 17) Jozef 21) Nancy 24) Sabine Burgelman 27) Antoinette	2) Jan 10) Freddy 11) Lut Rummens 12) Melissa 17) Anemone 22) Yvette	10) Billy 13) Jeanne 14) Dirk Van Lancker 17) Kenzo 18) Agnes Felix 25) Thibault 30) Rudi De Letter



POËTENHOEK

Bij het project Met vereende krachten/Gebundelde Vlegelverzen lieten sommigen zich meer dan eens inspireren door de natuur. Zoals de dichteres die deze regels aan haar PC toevertrouwde.

De natuur:
 eenvoud
 complexiteit
een rups – een pop – een vlinder.

Een boom
geleid – begeleid – AFGEKNOT
 om opnieuw,
 vernieuwd,
net als de rups
te ONTPOPPEN

te groeien
en te bloeien

IN SCHOONHEID.

Liesbet



DE ZUIDPOORT-Echo is een driemaandelijks uitgave van
de VZW DE ZUIDPOORT, Ottergemsesteenweg 12 te 9000 Gent.
Tel. 09 245 09 05
E-mail: info@dezuidpoortgent.be
Website: www.dezuidpoortgent.be

Samia Hamzaoui op 0478/529278.

Redactie: Rudi De Letter, Leen Hiels, Yvette Hoste,
Roland Huybrecht.

Eindredactie:
Roland Huybrecht, 09/220 25 08.

Verantwoordelijke uitgever:
Diederik Janssens, Ottergemsesteenweg 12, 9000 Gent.

De Zuidpoort Onthaal:
Tel. 09/245 09 05.

De Zuidpoort Permanentie:
Dinsdag van 10 tot 16 u., donderdag van 14 tot 16 u. en
zaterdag van 10 tot 14 u.

Bereikbaarheid buiten de permanentie:
Yvette Hoste, 09/227 74 31.

Giften aan de Zuidpoort: zijn fiscaal aftrekbaar vanaf 40 euro.
Op rekening nr. 652-4803804-58 van Vlaams Netwerk.
Omschrijving: projectnr. 501- De Zuidpoort.

Wilt u meer inlichtingen over de Zuidpoort ?

Naam:

Adres:

E-mailadres:

Telefoon:

- ☐ wil contact opnemen met de Zuidpoort.
- ☐ wil meewerken met de Zuidpoort.
- ☐ wil de Zuidpoort-Echo ontvangen.