

Reportage

Op 15 oktober werd in het Limburgse Landgraaf het **eerste Nederlandse Consuminderhuis** officieel geopend. In een voormalig bankgebouw, een plek waar eerst volop geld voorhanden was, leren mensen nu hoe je rijk kunt leven zonder veel geld. De kamers liggen vol ingebrachte spullen. Wie wat nodig heeft, mag het meenemen.

Tekst en beeld: **Monique Vaessen**

Je loopt er gemakkelijk aan voorbij. Zeker omdat het pand te koop staat en er strakke lamellen voor de ramen hangen. Toch is het hier: 'Consuminderhuis Ons Genoeg' staat op een A4'tje. In de entree heet een antieke naaimachinetafel vol sierkalebassen de bezoekers welkom. De benedenverdieping staat vol tafels, kasten, babyspullen, vazen, serviesgoed en allerlei andere dingen die mensen zoal wegdoen geordend in gezellige hoekjes. Annemiek van Deursen geeft een korte rondleiding. Ze is initiatiefneemster en drijvende kracht achter het consuminderhuis. In de ruimte waar voorheen de loketten van de Rabobank waren, geeft ze nu de 'consuminderkringen': bijeenkomsten waarin deelnemers leren om

met minder meer te doen. Op de bovenverdieping zijn aparte kamers voor heren-, dames- en kinderkleding. In een ervan sorteert de Ethiopische Sihyn dameskleding. Van Deursen: 'Wij hebben een groot deel van haar inboedel verzorgd. In ruil daarvoor doet ze vrijwilligerswerk. Tegelijkertijd spijkt ze hier haar Nederlandse taal bij, krijgt ze meer sociale contacten en daardoor meer eigenwaarde.'

Groente verbouwen

'Ik ben consuminderend geboren', zegt Van Deursen gekscherend. Ze komt uit een arm Brabants gezin met acht kinderen. 'Toen er een rijkere periode aanbrak, werden we niet gelukkiger. Ook later in mijn leven waren de rijkere periodes in

geld vaak het armst in gevoel.' Zo heeft ze geleerd om geld en geluk los te koppelen. 'Ik leef van het minimum, maar dat zou je niet zeggen als je me ziet. Ik heb alles *in Hülle und Fülle*. Ik ben rijk, maar niet bij de bank.' In haar dagelijkse digitale *Mijmeringen* beschrijft ze toegewijd hoe ze geld en energie bespaart. Bijvoorbeeld

Na een tijdje valt het verschil weg tussen consuminderen uit noodzaak of uit overtuiging

door met douchewater de wasmachine (bovenlader) te vullen, haar eigen groente te verbouwen en haar dekbedovertrek na een week ondersteboven te leggen en pas een week daarna te wassen. Met haar leefstijl houdt ze ongeveer 85 euro per maand over, die ze weggeeft aan mensen die het harder nodig hebben.

De vaardigheid om meer te doen met minder geeft ze door in de consuminderkringen. In 2006 zette ze thuis de eerste kring op omdat ze zoveel stille armoede om zich heen zag. Van Deursen: 'Parkstad Limburg, waar Landgraaf onder valt, is na de sluiting van de mijnen, begin jaren zeventig, een arme regio gebleven. Veel inwoners hebben financiële problemen. Ze dragen haveloze kleding en stralen weinig geluk uit.' Op de eerste voorlichtingsavond kwamen genoeg mensen af, maar niet de consuminderaars uit noodzaak die ze voor ogen had. Daarom meldde ze zich als vrijwilliger aan bij het Zorgloket Hulpschuldsanering van

maatschappelijk werk. Daar vond ze uiteindelijk haar doelgroep. Vervolgens begon ze met de kringen twee, drie en vier.

Dekentje

Het idee is simpel: leer mensen hun administratie opschonen en te budgetteren en ze krijgen grip op geld en daarmee op hun leven. Van Deursen: 'Dat scheidt rust. Na de tweede avond zie je ze al ontspannen. Er ontstaat vrij snel een intieme sfeer waarin mensen alles durven te zeggen. Ze voelen zich verbonden en gedragen.' De eerste avond krijgen deelnemers al huiswerk mee: zoek uit wat je energieverbruik is. Ze kijken waar de onderlinge verschillen vandaan komen en wisselen vervolgens bespaartips uit. Zoals overal gordijnen ophangen, spaarlampen indraaien, de thermostaat omlaag en met een dekentje op de bank. 'Daarna ga ik het hebben over koopgedrag, het milieu en de mondiale en ecologische voetafdruk. Als mensen een tijdje bezig zijn, ontdekken ze

vanzelf duurzaamheid. Dan gaan ze kippen houden, groente verbouwen en kritisch kijken naar wat ze eten. Na een tijdje is er geen verschil meer tussen consuminderen uit noodzaak of uit overtuiging. Je komt bij hetzelfde uit.' Als bezoeker krijg je de indruk dat de enige zwakke plek van dit initiatief is dat het grotendeels gedragen wordt door Van Deursen, schijnbaar onuitputtelijke, enthousiasme. Van Deursen: 'Dat is een vertekend beeld. Op een andere dag zou je veel meer vrijwilligers zien. Op dinsdag wordt er naai- en verstellende gegeven. Alle deelnemers van de

Voor wat hoort wat, is het motto: 'Iedereen heeft wel iets in te brengen, spierkracht, spullen of tijd'

Consuminderhuis Ons Genoeg

Meer leren doen met minder



Gastvrouw Nelly: 'Het is mooi om te zien hoe je met deze spullen mensen gelukkig kunt maken.'



Initiatiefneemster Annemiek van Deursen: 'Wat jij nodig hebt, ligt bij een ander op zolder'

eerste kring zijn nu vaste medewerkers. Zij geven door wat ze zelf geleerd hebben. De een coördineert de kleding, een ander de logistiek en een derde de algemene gang van zaken. Ik verzorg zelf alleen de theoretische consuminderkringen; de praktische bijeenkomsten, zoals herfst- en kerststukken maken, doet iemand anders.'

Ouderlijk huis

Met de spullen die Van Deursen verzamelde om weg te geven, werd haar huis al snel te klein. Na een presentatie over haar werk bood woonmaatschappij Hestia Groep haar begin augustus dit pand aan, dat al tien jaar leeg staat. Ze mogen hier anti-kraak zitten tot het verkocht wordt. Een mijlpaal. Toch droomt Van Deursen alweer verder: 'Ik wil graag een huis voor vast. Met een keukenblok waar ik de deelnemers kan leren koken met basisproducten, bakken en inmaken.'

Het huidige huis lijkt op een 'gewone' kringloopwinkel, maar dan zonder kassa. 'Een groot verschil, want mensen die geen geld hebben, hebben ook geen geld voor tweedehands spullen.' Toch is er wel een verplichte inbreng. Voor wat hoort wat, is het motto. 'Iedereen heeft wel iets in te brengen, spierkracht, spullen of tijd', stelt Van Deursen. Alle kringleden, of ze nu consuminderen uit noodzaak of uit overtuiging, mogen meenemen wat ze nodig hebben. 'Iedereen bepaalt zijn eigen genoeg-punt.' Het driekoppig bestuur beslist wie de grotere meubelstukken krijgen. Van Deursen: 'We moeten voor het eerst loten. Er zijn drie gegadigden voor een eikenhouten wandkast en ze hebben er evenveel recht op.'

Papierwinkel

Op de benedenverdieping scharrelt een jong stel rond op zoek naar spulletjes om hun huis mee in te richten. Van Deursen stapt op het tweetal af en zegt: 'Jullie zochten

toch nog een kledingkast? Ik heb een verrassing. Vanmiddag kunnen jullie gaan kijken naar een kast met bijpassend bed. Echt iets moois.' Het meisje is overdonderd. Je kunt zien dat ze niet gewend is dat het leven ook af en toe meezit. Vrijwilligster Nelly (64) moedigt het meisje aan om apart te leggen wat ze verder nodig heeft. 'Het is mooi om te zien hoe je met deze spullen mensen gelukkig kunt maken. Ik zie hier pas hoeveel armoede er is', zegt Nelly even later. Ze werkt vrijdags als gastvrouw. 'Zo doe ik iets terug voor Annemiek, die me heeft geholpen mijn papierwinkel te ordenen. En ik kom weer een beetje onder de mensen.'

Moederkloek

Van Deursen komt ondertussen nauwelijks toe aan het broodje gezond dat ze heeft klaargemaakt als avondeten. Ze blijft kletsen, regelen en tips geven als een moederkloek die niet van haar eieren af wil komen. Het jonge stel komt opgetogen terug van de bezichtiging van het slaapkamerinterieur. De jongen schrijft zijn telefoonnummer op. 'Bel maar als er iets te sjouwen valt.' Om zeven uur 's avonds uur druppelen de mensen van kring vijf binnen, die nu een jaar draait. Door ziekte en verloop is de kring uitgedund tot vijf vrouwen, maar die willen van geen ophouden weten. 'De groepen blijven bestaan zolang als de deelnemers willen', zegt Van Deursen. 'Gemiddeld is dat een jaar. Gisteren is alweer de zevende groep van start gegaan met tien mensen.' Elke avond staat één onderwerp centraal, bijvoorbeeld energiebesparing, budgetteren of van niets iets maken. Vandaag is het thema: koopgedrag. Van Deursen vertelt over haar eigen ervaringen en gewoontes. 'Vroeger bedacht ik een menu en deed dan boodschappen. Tegenwoordig bedenk ik een recept rond wat er rijp is in de moestuin. Mijn mooiste recepten zijn uit nood geboren,

zoals zuurkoolstamp met gebakken appeltjes.' Ze benadrukt het voordeel van een financiële buffer voor het inslaan van aanbiedingen: 'Je voorraadkast is de goedkoopste winkel.' Ze rekent voor dat een hele zalm van de markt een tientje per kilo goedkoper is dan losse moten. Als ze een keer eens wat luxer heeft gegeten, compenseert ze dat met een weekje voorraden opmaken. Anita (43) reageert: 'Ik laat het menu afhangen van de aanbiedingen. Ik heb tegenwoordig altijd basisproducten als aardappelen, rijst en pasta in huis, die vul ik aan met verse groente en fruit.' Ook zij houdt soms een koopvrije week. Renie (52) vertelt dat vroeger alles wat ze in de

'Consuminderen heeft me socialer gemaakt', zegt Anita. 'Het voelt minder als ieder voor zich'



Consuminderkring 5 praat over koopgedrag. V.l.n.r. Renie, Peggy, Anita en Annemiek (Vanessa zit buiten beeld)

thuiszorg verdiende, opging aan eten. 'Ik kocht maar door.' Sinds ze groente uit eigen tuin eet, heeft ze meer plezier in het koken en gooit ze minder weg. Zij spit thuis eerst alle reclamefolders door en als ze bij een cliënt is geweest, pakt ze de koopjes bij de plaatselijke supermarkt mee. Scheelt weer kilometers. Haar dochter Vanessa (28) laat de kinderen het menu kiezen en doet dan boodschappen: 'Vroeger kocht ik alleen merkspullen. Nu pak ik huismerken en aanbiedingen en heb ik twee keer zoveel.' Peggy (28): 'Ik heb kippen en verbouw eigen groente. Dat combineer ik met basisproducten.' Alleen wanneer haar zoontje in het weekend naar haar ex is, haalt ze vaak pizza. 'Ik kook niet graag alleen voor mezelf', zegt ze. 'Waarom kook je door de week niet wat extra?', oppert iemand. 'Dat vries je dan in voor het weekend.'

Familie

Consuminderen heeft hun leven veranderd, zeggen alle vier de vrouwen. 'Het heeft me socialer gemaakt', zegt Anita. 'Het voelt

minder als ieder voor zich. Je leert hier delen, ook je problemen.' Het bespaart haar bovendien veel geld, ze hoeft niet meer naar de Voedselbank. 'Laatst ging mijn strijkijzer kapot. Normaal een groot probleem, nu vond ik er hier een.' Van Deursen knikt enthousiast: 'Alles is er al. Wat jij nodig hebt, ligt bij een ander op zolder.' Renie meldde zich bij de kring aan ter ondersteuning van haar dochter, die in de schulden zat. 'Nu ben ik nog fanatieker dan zij. Ik ga veel bewuster om met energie. Vroeger had ik overal de lampen aan. Nu doe ik 's avonds gezellig een kaarsje aan. Die dingen doe ik niet alleen om kosten te besparen, maar ook om te zorgen dat er nog iets van het milieu overblijft voor mijn kleinkinderen.' Van Deursen, zichtbaar trots: 'Zie je hoe het consuminderen uit noodzaak vanzelf overgaat in consuminderen uit overtuiging?' Peggy wil deze leefstijl in ere houden 'voor het milieu', ook als ze straks misschien een goede baan krijgt. Ze raakte na het verbreken van haar relatie in de schulden en krijgt nu 60 euro wekelijkse van

budgetbeheer van de Kredietbank Limburg. Voor ze leerde budgetteren, vulde ze het ene gat met het andere. 'Dat gaf veel stress. Nu denk ik bij alles wat ik wil kopen: heb ik het wel nodig? Als ik hier een zak kleren meeneem, ben ik dubbel zo blij.'

Paradepaardje

Door de tweewekelijkse bijeenkomsten is ze ook weer gaan studeren. 'Je gaat ook naar je leven kijken: waar wil je over tien jaar zijn? Ik realiseerde me dat ik nog zoveel dromen heb.' Van alle deelnemers is Vanessa's leven misschien wel het meest veranderd het afgelopen jaar. 'Mijn paradepaardje', noemt Van Deursen haar liefdevol. 'Bij maatschappelijk werk zeiden ze: die leert het nooit. Nu kan ze prima rondkomen van 100 euro per week. Ze is overgestapt van twee liter cola per dag naar groene thee, om maar iets te noemen.' Bij haar werkt het consuminderen op alle vlakken door. Ze kan niet alleen budgetteren, maar ook de gasrekening is flink omlaag. Vanessa: 'Vroeger was het kindergeld dezelfde week nog op, nu zet ik het apart voor kersten verjaardagscadeautjes. Ik slaap veel beter omdat ik niet meer bang hoef te zijn dat de deurwaarder elk moment kan aanbellen. Daardoor heb ik ook meer geduld met mijn kinderen.' Met de vraag: 'Bepaalt je kleding of je je goed voelt over jezelf?' opent Van Deursen een nieuw rondje. Dan zit de avond erop. De volgende bijeenkomst staat in het teken van 'van niets iets maken'. Van Deursen: 'Zoek voor 4 euro verzorgingsproducten. Daar gaan we met een zelfgemaakte kaart, een gedicht en folie een prachtig cadeau van maken dat je in december aan je geliefden kunt geven. Met weinig geld en veel aandacht.' Een mooie kerstgedachte.

www.consuminderhuis.nl. Bezoekadres: Wilhelminastraat 25, Landgraaf. Aanmelden voor de digitale *Mijmeringen* kan via de website.