

INSPIRATIELIJST 52WEKENDUURZAAM.NL

FILMS EN DOCUMENTAIRES:

A Life on our Planet - Netflix

In deze documentaire staat David Attenborough voor het eerst stil bij de beslissende momenten in zijn leven als bioloog en bij de verwoestende veranderingen die hij heeft gezien. De film gaat over de grootste uitdaging voor het leven op aarde op dit moment en laat zien wat we aan natuur hebben verloren in de tijdsperiode van een mensenleven. De urgente natuurdocumentaire is kortom een relaas over de impact van de mens op de natuur. Attenborough biedt echter ook een hoopvolle boodschap voor toekomstige generaties. Een must see

The True Cost - Netflix

De documentaire The True Cost laat de invloed van de fast fashion industrie op mens en milieu zien. Niet alleen wordt zichtbaar gemaakt onder welke omstandigheden onze kleding wordt geproduceerd – ook de effecten op het milieu door bijvoorbeeld chemicaliën en pesticiden worden uitgelegd. Aanrader!

Seaspiracy - Netflix

De kernboodschap van de onderhoudende documentaire Seaspiracy is dat het redden van de oceaan een wereldwijde inspanning vereist, waarbij een politiek antwoord van vitaal belang is.

Girlboss - Netflix

Gebaseerd op een autobiografie over een jongvolwassen vrouw, die half werkloos en zo goed als blut een eBay-bedrijf op richt waarmee ze miljoenen verdient.

My Octopus Teacher - Netflix

De docu heeft misschien niet direct een link met klimaatverandering of duurzaamheid. Het gaat namelijk over een man (Craig Foster, de maker van de film) die een band opbouwt met een octopus die in het Zuid-Afrikaanse kelpwoud leeft. De beelden zijn prachtig en het is wonderlijk om te zien hoe de twee nader tot elkaar komen. De docu is een aanrader omdat het overbrengt hoe wij de mens onderdeel zijn van de natuur.

Tidying up with Marie Kondo - Netflix

Voor het ontwikkelen van een Kringloop lifestyle is de serie op Netflix een must see

Fat, sick and nearly dead - Netflix

Deze luchtige documentaire over een plantaardig dieet is een aanrader als je geïnteresseerd bent in het gezondheidsaspect rondom veganisme. De film gaat dan ook niet per se over veganisme, maar echt over een plantbased diet. In de film, die hier en daar best wel grappig is, volg je Joe Cross, die besluit iets te doen aan zijn overgewicht. Dit doet hij door middel van een sapkuur van 40 dagen en ondertussen ontmoet hij inspirerende mensen die hem laten inzien dat een plantaardig dieet echt heel erg gezond voor hem is.

Kiss the ground -Netflix

Kiss the Ground (2020) is het kijken waard. De film is vooral positief over wat er nog wél goed gaat en wat we zelf kunnen verbeteren, en dat is best een fijne boodschap.

Forks over knives - Netflix

Deze titel heb je vast ook wel eens voorbij horen komen? Forks over Knives is een mega beroemde film die voor heel veel mensen een eye-opener is geweest. Het gaat over onze Westerse voedsel-industrie en over wat er allemaal gebeurt met ons eten voordat het bij ons op het bord belandt. Het gaat over hoe voeding je ziek kan maken, maar ook over hoe voeding juist een heel positieve uitwerking op je gezondheid kan hebben. Kortom: ook weer een film over voeding en gezondheid, omdat we weten dat veel mensen hierin geïnteresseerd zijn.

Blackfish - Netflix

Misschien denk je er niet dagelijks over na, maar veganisme en goed zijn voor dieren heeft met meer te maken dan met het wel of niet eten van dieren. Om maar één onderwerp te noemen: het circus. Of wat denk je van dierenparken? Of parken zoals Seaworld? We weten dat er discussies over bestaan, en dat er mensen zijn die totaal geen moeite hebben met dit soort parken en manieren om wilde dieren in gevangenschap te houden, maar voor ons is het echt een no-go geworden, de afgelopen jaren. De film Blackfish gaat over orka's die in gevangenschap worden gehouden – met alle gevolgen van dien. Een ongelooflijk confronterende film.

The Biggest Little Farm - Netflix

Deze duurzame documentaire heeft ons groene hart veroverd. Of nog beter, betoverd. Het toont een eerlijk, hoopvol en bijzonder aandoenlijk beeld van de zoektocht naar harmonie tussen mens en natuur, die adembenemend gefilmd is. Maar dat niet alleen. De docu zit ook bomvol kleurige, harige, wollige, knorrende karakters. Hoog aaibaarheidsgehalte. En bovenal is het een ontzettend inspirerend verhaal over het verwezenlijken van je dromen!

Minimalism Netflix

Er is niets mis met consumeren, maar wel met dwangmatige consumptie. En dat is precies het probleem van de westerse wereld: we zijn altijd op zoek naar iets wat we nooit echt kunnen vinden, spullen waar we écht tevreden mee zijn. Maar omdat ons wordt verteld dat we steeds meer moeten kopen (door mensen die daar geld aan willen verdienen), maakt die eeuwige zoektocht ons alleen maar ongelukkig. We zijn de controle over ons gedrag verloren, aldus The Minimalists, en die moeten we terugkrijgen. "Let's stop this madness."

Rotten - Netflix

Deze documentaireserie duikt diep in het hart van de levensmiddelensector en onthult onsmakelijke feiten en geheime krachten die bepalen wat wij uiteindelijk eten.

A Plastic Ocean - Netflix

De documentaire laat zien welke gevolgen al het plastic in ons klimaat heeft, voor zowel mensen als dieren. Deze documentaire brengt helder in beeld dat niet alleen de mensen die rond de vuilnisbelten leven erdoor beïnvloed worden, maar ook jij en ik. Plastic – en met name de gifstoffen die erin voorkomen – zitten diep in onze voedselketen geworteld.

What the Health - Netflix

Deze film onderzoekt het verband tussen voeding en ziekte en de miljarden euro's die op het spel staan in de zorg, de farmaceutische sector en de levensmiddelenbranche.

How to Live Mortgage Free with Sarah Beeny - Netflix

Vastgoedexpert en tv-presentatrice Sarah Beeny ontmoet slimme huiseigenaren die hun kleurrijke verhaal vertellen over een leven zonder hypotheek.

Cowspiracy - Netflix

Ontdek hoe de bio-industrie de natuurlijke hulpbronnen op aarde decimeert, en waarom deze crisis grotendeels genegeerd wordt door vele grote milieuorganisaties.

The Milk System - Netflix

Boeren, wetenschappers en industrie-insiders buigen zich over de verborgen kosten en gevolgen van de wereldwijde zuivelproductie en dragen mogelijke oplossingen aan.

Down to earth - Netflix

Down to Earth is een goede serie om mee te beginnen, als je nog niet zo heel bewust met duurzaam leven bezig bent. Het is een laagdrempelige docu reeks, gemaakt door Hollywood acteur Zac Afron. In de 8 afleveringen van deze Netflix serie gaat hij op zoek naar verschillende initiatieven over de hele wereld die kunnen bijdragen aan een eco lifestyle. .

The Game Changers - Netflix

In deze docufilm van 1 uur en 30 minuten gaan wetenschappers op zoek naar het beste dieet voor topatleten en checken of een plantaardig dieet wel zo gezond is.

Spoiler alert: Tests wijzen uit dat het weglaten van dierlijke producten in ons dieet juist heel veel gezondheidsvoordelen heeft. Onder andere beroemdheden als Arnold Schwarzenegger en Lewis Hamilton komen aan het woord en vertellen ons wat het veganisme hun heeft opgeleverd.

GMO OMG - Netflix

GMO OMG is een indrukwekkende Amerikaanse documentaire over genetisch gemodificeerde voeding en de invloed hiervan op landbouw, voedseldiversiteit en gezondheid. Ik wist al jaren dat er risico's verbonden waren aan de genetische modificatie van gewassen, maar hoe groot die risico's zijn en op welke schaal deze modificatie plaatsvindt wist ik echt niet tot ik deze documentaire zag. De documentaire verscheen in 2013 en is gemaakt door Jeremy Seifert.

Code Rood bij de NPO

Code Rood vertelt het verhaal over de gevolgen van klimaatcrisis in Nederland. De makers van dit programma zijn er in geslaagd om het serieuze onderwerp met enige lichteheid te brengen. Aan de hand van de seizoenen worden we meegenomen in het verhaal en krijgen we de gevolgen van de klimaatcrisis op ons dagelijks leven voorgeschoteld.

Bekijken https://www.npo3.nl/code-rood/KN_1716240

Het succes van de kringloopwinkel/De kracht van de kringloopwinkel (VPRO)

De serie gaat over de kringloopwinkel en de mensen die er werken en komen. Ook is er aandacht voor de kunst van het upcyclen: het op creatieve wijze nieuw leven geven aan oude spullen. Behalve spullen vinden ook de kringloopmedewerkers vaak een tweede kans in de winkels. Ze (her) ontdekken hun talenten en geven nieuwe glans aan hun leven.

Bekijken <https://www.vpro.nl/programmas/de-kracht-van-de-kringloopwinkel.html>

Genaaid

Beginnende modeontwerpers maken een confronterende reis door de kledingindustrie. De hoofdpersonen worden uitgenodigd om een dagje mee te werken onder de erbarmelijke omstandigheden. Hierdoor komt de boodschap keihard binnen. Een sterke serie.

Bekijken: https://www.npo3.nl/genaaid/VPWON_1295027

Zembla: Ramp in het regenwoud

Onze spullen (smartphones, auto's, meubels, verpakkingsmaterialen, etc. etc.) bevatten metalen die gewonnen moeten worden. Vaak in Brazilië. Want daar zit één van de grootste mijnbouwbedrijven ter wereld. Eentje die in opspraak is gekomen door het veroorzaken van een milieuramp van gigantische omvang: in het Amazonegebied. Grote Nederlandse pensioenfondsen investeren in dit bedrijf. Nabestaanden van de ramp reizen af naar Nederland om hen daarop aan te spreken. Zembla maakte hier een prachtige docu over. Er is ook een deel 2: over hoe het regenwoud plaats moet maken voor sojaplantages. En je raadt het al; over de Nederlandse belangen die ook hier in het spel zijn.

Bekijken: https://www.npostart.nl/zembla/VARA_101377863

Groen Goud, John D Liu

Al meer dan 15 jaar is de cameraman en ecooloog John D. Liu bezig met zijn wereldwijde missie om woestijnen te vergroenen en biodiversiteit te herstellen. Het begon allemaal in 1995 toen Liu het Löss-plateau in China filmde.

Hij zag hoe de lokale bevolking een gebied bijna zo groot als Nederland veranderde van een dorre, uitgeputte woestijn in een grote groene oase. Die ervaring veranderde zijn leven. Vanaf dat moment reist John Liu de hele wereld af om regeringsleiders, beleidsmakers en boeren met zijn beelden en kennis te overtuigen en te inspireren. Onvermoeibaar brengt hij de boodschap dat herstel van ecosystemen niet alleen mogelijk is, maar ook nog eens economisch zeer zinvol.

<https://www.vpro.nl/programmas/tegenlicht/kijk/afleveringen/2011-2012/groen-goud.html>

Chasing Corals

Deze documentairemaker maakt je ooggetuige van een gigantische ramp die op dit moment onder water plaatsvindt: het koraal sterft massaal. En dat gaat grote gevolgen hebben, niet alleen voor vissen.

Teaser op youtube <https://www.youtube.com/watch?v=b6fHA9R2cKI>

Drowning in Plastic

Waarom is plastic zo schadelijk voor de kwetsbare koraalriffen? Liz Bonnin trekt naar een afgelegen eiland voor de kust van Australië. Het is een broedplaats voor de grote pijlstormvogel, wiens kuikens dodelijke hoeveelheden plastic naar binnen krijgen. In de Koraaltriangel komt ze te weten waarom plastic zo schadelijk is voor de kwetsbare koraalriffen. En in Indonesië is ze getuige van de enorme vervuiling van de rivieren, waar de vissers noodgedwongen plastic verkopen in plaats van vis. Gelukkig ontmoet ze er ook de mensen die daar iets aan proberen te doen.

The Positive Chain of Change

The Positive Chain of Change is een documentaire door Chanel Trapman, die een podium geeft aan de stappen die de duurzame modewereld op dit moment maakt. De documentaire wil inspireren tot meer bewustwording over hoe we met kleding omgaan. Een écht impactvolle positieve verandering kunnen we tenslotte alleen inzetten als samenwerken.

Bekijken: <https://www.youtube.com/watch?v=enHZwkVbZJY&t=7s>

Tegenlicht documentaires

Alle Tegenlicht documentaires zijn de moeite waard en er zitten er flink wat bij die specifiek over Duurzaamheid gaan.

Bekijken https://www.npostart.nl/vpro-tegenlicht/VPWON_1250305

Prijsvechter

Deze driedelige documentaireserie van de VPRO behandelt de oorzaken en gevolgen van ons consumptisme. Roland Duong en Marijn Frank laten helder zien wat de impact is van onze consumptie- en wegwerpmaatschappij. Waarom zijn er zoveel goedkope spullen, hoe kunnen die spullen zo goedkoop zijn en waarom zwichten we er zo makkelijk voor?

We The Tiny House People

Reis mee langs de kleine huisjes van mensen op zoek naar eenvoud, zelfvoorziening, minimalisme en geluk door het creëren van beschutting in grotten, garages, aanhangwagens & omgebouwde campers, schuurtjes, rivierboten en een voormalige duiventil. Kirsten Dirksen reisde vijf jaar lang de wereld rond op zoek naar deze kleine huisjes voor grote harten.

Bekijken: <https://www.youtube.com/watch?v=IDcVrVA4bSQ>

Disruption

Men neme de Peoples Climate March als uitgangspunt en nodigt de meest vooraanstaande wetenschappers uit om over klimaatverandering te vertellen. Het resultaat? Een steengoede documentaire die in 'normale' taal uitlegt wat er allemaal aan de hand is met onze aarde.

Bekijken: <https://documentairenet.nl/disruption-climate-change/>

Albatross

Een documentaire van Chris Jordan laat op een van de meest afgelegen plekken op aarde zien hoe het leven van tienduizende albatrossen verruïneerd wordt door plastic

An Inconvenient Truth (deel 1) en An Inconvenient Truth Sequel (2) - Al Gore

Documentairefilms over de opwarming van de Aarde. In het tweede deel bleken veel voorspellingen van deel 1 al uitgekomen te zijn.

Bag it

De film onderzoekt de effecten van het gebruik van plastic op het milieu op land en in zee en op de gezondheid van (zee)dieren en mensen en onderzoekt mogelijkheden het gebruik van plastic te verminderen. (beetje verouderd maar nog steeds interessant).

Before the Flood

In de film uit verschillende prominenten en (voormalige) wereldleiders, waaronder Ban Ki-moon, Bill Clinton, Barack Obama, John Kerry, Paus Franciscus, Elon Musk en Piers Sellers, zich over klimaatverandering. Dit doen ze in conversatie met Leonardo DiCaprio die deze film drie jaar lang de wereld afgereisd om de echte gevolgen van klimaatverandering in beeld te brengen.

De man die de wereld wilde veranderen

Kan één man in deze tijd de wereld voorgoed veranderen? Kunstenaar en visionair Peter Westerveld denkt van wel. Is hij gek of geniaal?

2040

In deze docu zie je de wereld in het jaar 2040. Een fijne, gezonde wereld en dat door alleen maar de beste oplossingen die nu al beschikbaar zijn toe te passen.

Trailer: <https://www.youtube.com/watch?v=p-rTQ443akE>

Justdiggit

Justdiggit is toffe organisatie die bijdraagt aan een duurzame wereld. Het langer termijn doel is wereldwijde klimaatverandering tegen gaan, maar op de korte termijn heeft de lokale bevolking in dit geval de Masaai al profijt. Hun land wordt weer vruchtbaar, dieren komen terug en het maakt de Masaai vrouwen zelfstandiger.

Just Eat It

a Food Waste Story is een Canadese documentaire uit 2014 waarin Jen en Grant besluiten om een half jaar lang te leven van voedsel dat eigenlijk weggegooid zou worden om zo meer te weten te komen over voedselverspilling: van boerderij tot aan de huizen van consumenten. Ze kopen producten in de supermarkten die eigenlijk niet verkocht zouden worden, ze halen producten op die in het vuilnis zouden belanden en met grote regelmaat halen ze tassen vol uit containers bij winkels, groothandels en andere bedrijven. Alhoewel ze in de eerste instantie bang waren om niet genoeg te eten en te drinken te hebben bleek het tegenovergestelde waar: het werd een race tegen de klok om hun kasten en koelkast leeg te eten en ze moesten meer producten in de containers laten liggen dan dat ze mee naar huis konden nemen. De documentaire maakt op pijnlijke manier duidelijk hoe omvangrijk en absurd de voedselverspilling op diverse plekken in de keten eigenlijk is. De documentaire wordt af en toe op locatie vertoond en is te bestellen via de website van Just Eat It.

Bekijken: <https://www.youtube.com/watch?v=vlgeKRoQsXI>

What the bleeb do we know

Wanneer energie omgezet kan worden in materie en onze gedachten zijn energie, kunnen onze gedachten dan onze wereld vormen? Wat is realiteit en wat niet? Deze film gaat over quantum physics, spiritualiteit en neurologie. Een beetje vaag, maar wel heerlijke stof tot nadenken!

Trailer: <https://www.youtube.com/watch?v=KPVkyu4UHZE>

Dansen met gehoornde dames

Over hoe zonder antibiotica het leven van een koe zoveel verbetert en je ook betere melk, kaas (en vlees) krijgt

Trailer: <https://www.youtube.com/watch?v=XIOGvEp5kws>

Heal

Een documentaire over de power of the mind. Fascinerende film met onder andere Joe Dispenza en Anthony William. Een inspirerende film over wat de kracht is van onze gedachtes. Dat er nog veel meer is dan wij met onze ogen kunnen waarnemen of met onze mind kunnen bedenken. Maar wat niet wilt zeggen dat het er niet is. Na het zien van deze docu denk je twee keer na voordat je iets denkt...

Gods Must Be Crazy

In de Kalahari staat een bosjesman, Xixi, oog in oog met de moderne westerse maatschappij: een Coca Colaflesje. Hij neemt het wonderlijke ding mee terug naar zijn stam en al gauw ontdekken ze dat ze het voor meerdere doeleinden kunnen gebruiken. Maar door het flesje ontstaan ook conflicten in de stam en Xixi besluit het flesje terug te brengen naar waar het vandaan kwam. Dat gaat minder makkelijk dan hij dacht...

The Story of Stuff

Deze korte documentaire is net even wat anders dan de andere documentaires. De op speelse wijze geanimeerde documentaire is slechts 21 minuten lang, maar weet een behoorlijk impact te maken op iedereen die deze ziet. De documentaire laat zien waar onze spullen vandaan komen. Welke stappen er worden gemaakt in het productieproces om uiteindelijk door ons te kunnen worden gekocht. Het toont ons de schokkende waarheid over dit productieproces: de hulpbronnen raken op, we gebruiken veel te veel spullen en dit hele proces van produceren en consumeren heeft een vernietigend effect op het milieu en op ons welzijn. In de documentaire komt Annie Leonard aan het woord en zij is ook de schrijfster van het gelijknamige boek.

Bekijken: <https://www.youtube.com/watch?v=9GorqroigqM&list=PLwwc7MNmAJxL5IX7QM-zYASTopTbES6DZC&index=3>

De eeuw van mijn opa

Absoluut de moeite waard is de interactieve film Eeuw van Mijn Opa. Hierin kijken een kleinzoon en zijn grootvader terug op de 21e eeuw. De centrale vraag is: 'Opa, wat is er gebeurd?' De opa is een prachtig karakter, met een warme stem.

Als kijker bepaal je wat hij gaat vertellen en zo stuur je het verhaal. De scenario's lopen uiteen van het helderste groen tot inktzwart. Prachtig uitgewerkt, juist omdat het in de klimaatcrisis gaat om het maken van keuzes. Je kunt na afloop niet anders denken dan: welk verhaal zal ik straks aan mijn kleinkinderen moeten vertellen?

Prijsvechter

In de documentaire Prijsvechter gaan presentatoren Marijn Frank en Roland Duong op zoek naar de oorzaak en de gevolgen van ons consumentisme. De documentaire is een drieluik die werd uitgezonden door de VPRO en neemt uitgebreid ons consumentengedrag onder de loep, van productie tot aankoop. Wat zijn de verborgen kosten bij de productie van goedkope producten? Heeft de globalisering ons als land armer gemaakt? En wat is de invloed van ons koopgedrag op het milieu? Je kunt de drie afleveringen van de documentaire terugkijken op de website van de VPRO.

China Blue

China Blue vertelt het verhaal van Jasmine en haar collega's van binnenuit en geeft zo een des te schokkender beeld van de gevolgen van een overspannen textielmarkt, waarin de grote westerse merken alles bepalen en fabrieksarbeiders de prijs betalen.

I am Greta, met Greta Thunberg

I am Greta is een waanzinnig mooie documentaire. Vanaf de allereerste keer dat Greta naar het parlamentsgebouw liep - met haar protestbordje - was de documentairmaker erbij. Je leert haar van dichtbij kennen: enerzijds als een bijzonder mens, maar tegelijk ook als een gewone puber met onzekerheden, buien en aanvaringen met haar vader.

Vooral de momenten op de zeilboot midden op de oceaan waren verpletterend. Je ziet een meisje, dat het liefst rustig zou opgroeien met veel structuur in haar leven. Toch voelt zij dat zij dit moet doen. Omdat ze de cijfers kent. Omdat ze - mede vanwege het asperger-syndroom - niet anders kan dan de conclusie trekken dat we de wereld aan het vernietigen zijn.

Dat dit meisje hiertoe bereid is, en de hele wereld op sleeptouw wil nemen, dat was is ontroerend om te zien. Greta stelt "If not now, then when? If not me, then who?"

Trailer: <https://www.youtube.com/watch?v=Mwk10YGPFiM>

The Man Who Planted Trees

'The Man Who Planted Trees' is ook wel bekend als 'The Story of Elzéard Bouffier, The Most Extraordinary Character I Ever Met and The Man Who Planted Hope and Reaped Happiness'.

Het is een kort maar prachtig verhaal van de Franse schrijver Jean Giono uit 1953 en laat zien wat één enkel mens kan betekenen voor de wereld.

Bekijken: <https://www.youtube.com/watch?v=PYIsIZXCQa4&t=1s>

The Most Astounding Fact, van Neil deGrasse Tyson

Voor een beetje licht en positiviteit in deze donkere tijd.

No Impact Man

No Impact Man gaat over een New Yorkse familie die besluit om een jaar lang een compleet andere levensstijl aan te nemen: ze willen een jaar lang geen enkele negatieve invloed uitoefenen op het milieu, onder andere door geen afval te produceren en verpakkingsvrij te leven. Een van de beste duurzame documentaires!

Okja

Oké dit is geen echte documentaire. Deze Koreaanse film gaat over een jong meisje, genaamd Mija die opgroeit op het platteland en bevriend raakt met een groot en zachtaardig dier; Okja. Dit lieve beest is een soort genetisch gemanipuleerd supervarken en wordt ontvoerd door een machtige multinational. Het laat de duistere kant van de bio-industrie en de slechte omstandigheden voor de dieren zien. Het gaat van een schattige familiefilm naar een maatschappijkritische film. Erg indrukwekkend!

Tomorrow

De immense bosbranden in Australië, het verder en verder verdwijnen van het Amazonegebied, het alsmaar toenemende klimaatprobleem: onze planeet heeft anno 2020 hulp nodig. Deze feelgood documentaire laat zien dat er gelukkig oplossingen zijn. Oplossingen die niet tot morgen hoeven te wachten, maar vandaag al opgepakt kunnen worden. Gewoon kleinschalige, simpele oplossingen waarmee we met z'n allen al een heel verschil kunnen maken. Geen plastic rietje, maar een variant van bamboe. Geen autorit, maar lekker de fiets pakken. Charmant, inspirerend, optimistisch en bovendien één van onze favoriete duurzame documentaires.

Pay It Forward

De jonge Trevor krijgt een opmerkelijke nieuwe opdracht van z'n leraar maatschappijleer: bedenk een manier om de wereld te verbeteren. Trevor bedenkt een plan, waarbij iedereen een goede daad moet doen voor drie mensen, die dat op hun beurt ieder weer bij drie anderen moeten doen. Op het eerste gezicht lijkt het idee te mislukken, maar na een tijdje slaat het idee toch aan, wat een geweldige verandering teweeg brengt in de omgeving van Trevor.

The island president

Wanneer een massale opstand na ruim 30 jaar de dictatoriale president Maumoon Abdul Gayoon dwingt tot eerlijke verkiezingen, komt er een einde aan zijn macht. De nieuwe president wordt Mohamed Nasheed, één van de belangrijkste critici van het voormalig regime, en hij belooft grootste hervormingen. Hij moet zijn plannen echter bijstellen wanneer hij te horen krijgt dat de Malediven, als gevolg van de stijging van het zeewater, binnen enkele decennia volledig onder water komt te staan. Samen met zijn kabinet en zijn naaste adviseurs bereidt hij zich voor op de VN Klimaatconferentie in Kopenhagen in 2009, waar hij vastbesloten is internationale grootmachten (waaronder buurland India) te overtuigen van de noodzaak van het terugdringen van de CO²-uitstoot.

Good things await

Hoe een biodynamische boer in Denemarken tegen de wet ingaat maar met de natuur mee.

BOEKEN:

Merchants of doubt

Over hoe er geld wordt verdiend met twijfel zaaien over nadelen van bijv roken of klimaat en al het andere dat schadelijk is.

Tiny Habits

Kleine veranderingen, groot resultaat. Je leven verbeteren is véél makkelijker dan je denkt.

De verborgen impact - Babette Porcelain

Als iedereen op de wereld zo zou leven als de Nederlander, dan zouden we bijna vier aardes nodig hebben. En de grootste boosdoener zijn de consumptie van spullen. Het is Babette (de auteur) gelukt om de verborgen impact van ons consumptiegedrag inzichtelijk te maken. Aan de hand van simpele berekeningen en vergelijkingen laat ze je zien waar je grote stappen kunt zetten, zodat je een beetje kunt gaan relaxen op de kleine dingen. Een mustread voor iedereen die aan de slag wil met duurzaamheid.

https://www.youtube.com/watch?v=GXzy7LE__4o

Hoe gaan we dit uitleggen - Jelmer Mommers

Onze toekomst op een steeds warmere aarde

Dit boek is een geweldige én toegankelijke samenvatting van de relevante literatuur over klimaatverandering op dit moment. In behapbare brokken legt hij uit wat het klimaat is, hoe klimaatverandering ontstaat en wat de gevolgen zijn als we niets, een beetje of heel veel doen.

Bekijken: <https://www.youtube.com/watch?v=04gfezEguvA>

Een leven zonder afval - Emily-Jane Townley

Maar wat kun je zelf doen? De Nederlandse Emily-Jane Townley heeft het antwoord: je kunt zonder veel moeite je eigen afvalproductie drastisch verminderen! In Leven zonder afval werkt Emily in 10 stappen toe naar een 'minimal waste lifestyle'. Aan bod komen o.a. de dagelijkse boodschappen, kleding, persoonlijke verzorging, tot huishouding, feestjes en meer. Ze haalt haar inspiratie uit haar eigen leven en post op haar website levenzonderafval.com. Door haar praktische tips en positieve aanpak heb je binnen no time minder afval en draag je bij aan een gezonde planeet voor iedereen.

Opgeruimd - Marie Kondo

Voor het ontwikkelen van een Kringloop lifestyle is dit boek van Marie Kondo een fijne hulp. Ontdoe je zelf van spullen en maak het leven lichter.

The Future We Choose - Christiana Figueres *Surviving the Climate Crisis*

Over hoe je een optimistische en realistische houding kan hebben in de klimaatcrisis.

The Mushroom at the End of the World, Anna Lowenhaupt Tsing

Dit is geen relaxed boek om te lezen voor het slapengaan, Tsing beschrijft hoe de natuur kan voortleven in een wereld van kapitalistische ruïnes aan de hand van bepaalde paddenstoelen die toch kunnen groeien nabij Hiroshima. Tsing gebruikt deze bijzondere paddenstoelen voor de vergelijking met het leven in een postindustriële wereld. Een heel bijzonder en interessant onderwerp dat je inzicht geeft in hoe leven kan voortbestaan in een verwoeste wereld.

The hidden life of trees, Peter Wohlleben

Voelen bomen pijn, hoe communiceren ze en hebben ze bewustzijn van hun omgeving? Boswachter Wohlleben legt het in zijn boek aan je uit en beschrijft de meest recente wetenschappelijke ontdekkingen op zo'n aanstekelijke en enthousiaste manier dat je gedwongen wordt anders naar de natuur te kijken en de natuur meer te lief hebben. Geen straf natuurlijk, want die liefde voor de natuur hebben we juist nodig vandaag de dag. Ook leuk: na het lezen van dit boek ben je net als Wohlleben een beetje boswachter en zie je ineens dingen die je eerst niet zag. Geen bos- of natuurwandeling zal meer hetzelfde zijn.

Hallo witte mensen, Anousha Nzume

Dit boek gaat niet over natuur, kapitalisme, economie of politiek. Waar het wel over gaat: een duurzame samenleving, oftewel sociale duurzaamheid. Hoe niet sociaal duurzaam Nederland is, schetst Nzume. We leven in een witte samenleving en dat is niet oké. Na het lezen van dit boek kan je de zwart-wit-dialog niet langer naast je neerleggen. Het boek is een echte eye-opener, maar tegelijkertijd ontzettend toegankelijk én vermakelijk. Hoewel witte privileges an sich niet om te lachen zijn, is de manier waarop Nzume je meeneemt in wat voor de witte vrouw of man vaak onzichtbaar is, dat wel. Op een goede manier welteverstaan, want Nzume combineert haar persoonlijke anekdotes (die, toegegeven, soms een beetje pijn doen) knap met de liefdevolle manier waarop ze witte mensen een spiegel voorhoudt.

Nuclear War and Environmental Catastrophe, Noam Chomsky

Chomsky vertelt over de gevaren van nucleaire oorlogen en milieurampen en beschrijft hoe deze met elkaar in verhouding staan. Hij bespreekt de geopolitieke ontwikkelingen die plaatsvinden tussen landen met nucleaire wapens. Daarnaast bespreekt hij de activiteiten rondom de vernietiging van de aarde, zoals de olie- en gasindustrie en de rol die China speelt in de Groene Revolutie. Chomsky heeft veel baanbrekende boeken en essays geschreven en het is zeker de moeite waard om iets van hem te lezen.

A History of the World in Seven Cheap Things, Jason W. Moore & R. Patel

Moore en Patel nemen de lezer mee door allerlei historische ontwikkelingen die tot het kapitalisme van vandaag hebben geleid, waaronder kolonisatie en daarbij uitbuiting van de medemens en de natuur. Deze ontwikkelingen worden opgesplitst in zeven dingen die volgens het kapitalisme zo goedkoop mogelijk moeten zijn: natuur, geld, arbeid, zorg, voedsel, energie en levens. Een heel goed boek als je wil begrijpen hoe het kapitalistische wereldsysteem tot stand is gekomen en wat de gevolgen hiervan zijn (geweest).

Dit is een goede gids, Marieke Eyskoot

Verandering kan je kopen. Toch? Als het aan Eyskoot ligt, wel. Die overtuiging vertaalde ze naar een dik naslagwerk vol met duurzame merken. Noem het de encyclopedie van duurzaam consumeren, want uitgelezen (en uitgekeken) raak je niet snel in dit boek. Opgedeeld in de categorieën fashion, cosmetica, eten, wonen, werken, vrije tijd en weten, neemt Eyskoot je mee in aantrekkelijke, duurzame alternatieven en de verhalen achter enkele van die merken. Resultaat? Het wordt ineens wel heel moeilijk om nog iets niet duurzaam te kopen...

What we think when we try not to think about global warming, Per Espen Stoknes

Hoe meer we weten over klimaatverandering, hoe groter het verzet lijkt het wel. Dat is geen toeval. Stoknes legt uit waarom ons brein de grootste vijand is voor klimaatactie en zet verschillende psychologische barrières uiteen. Maar daar blijft het niet bij: Stoknes beschrijft ook oplossingen voor hoe we wél over klimaatverandering moeten praten om zoveel mogelijk mensen tot klimaatactie te inspireren. Hoewel Stoknes veel wetenschappelijk onderzoek toelicht, is het boek door Stoknes' schrijfstijl en vele anekdotes alsnog toegankelijk en fijn om te lezen.

The Human Planet, Simon L. Lewis & Mark A. Maslin

Lewis en Maslin zetten uiteen hoe het is gekomen dat de mens over de aarde is gaan heersen en wat de Antropoceen, een geologisch tijdperk, precies inhoudt. Voor sommigen betekent de Antropoceen een periode waarin de mens controle heeft over de natuur en haar bronnen, voor anderen is dit slechts een illusie. Er wordt met behulp van wetenschap, filosofie en politiek gekeken naar hoeveel en wat voor impact de mens op de natuur heeft gehad door de eeuwen heen.

Het tegenovergestelde van een mens, Lieke Marsman

Een roman over klimaatverandering. Er zijn immers genoeg boeken over de praktische en feitelijke kant van klimaatverandering. Tijd voor een roman, of beter gezegd een mix van poëzie, essay en proza, waardoor er ruimte ontstaat voor Marsman's eigen observaties van identiteit, angst en hoop in relatie tot klimaatverandering. Kortom: stof tot nadenken.

Een beter milieu begint niet bij jezelf, Jaap Tielbeke

Moet jij op feestjes steeds opnieuw uitleggen dat je met je groene gedrag inderdaad de wereld niet gaat redden, maar dat het toch heel belangrijk is om duurzaam te leven? Lees dan het boek Een beter milieu begint niet bij jezelf van Jaap Tielbeke.

Tielbeke legt helder en gestructureerd uit waarom we de verantwoordelijkheid voor de klimaatcrisis niet bij jou en mij als individuen kunnen neerleggen. Heel fijn om dit zo op een rijtje te krijgen!

Hij geeft ook hoop, want het laatste deel van het boek gaat over waar de verandering dan wél vandaan moet komen, inclusief een verwijzing naar onze eigen Klimaatzaak tegen Shell. Fantastisch leesvoer.

Ja, het is allemaal de schuld van Shell, KLM en 'het systeem'. Maar zullen we het nu eens over jou hebben? door Rutger Bregman

Denk je 'Zie je wel, het heeft geen zin om groen te doen!' Lees dan het volgende artikel.

Ja, het is allemaal de schuld van Shell, KLM en 'het systeem'. Maar zullen we het nu eens over jou hebben? van Rutger Bregman van Correspondent.nl lezen. Hij legt je haarfijn uit waarom het wél zin heeft.

<https://decorrespondent.nl/11718/ja-het-is-allemaal-de-schuld-van-shell-klm-en-het-systeem-maar-zullen-we-het-nu-eens-over-jou-hebben/450498510-0abb8d69>

Don't even think about it – George Marshall

Is het je ooit opgevallen dat heel veel mensen weliswaar erkennen dat er een klimaatprobleem bestaat, maar dat ze er niets tegen doen? Dat komt niet (alleen) omdat we simpelweg lui zijn of het niet waard vinden om ons hele leven voor om te gooien, maar heeft ook daadwerkelijk een psychologische oorzaak.

In het (Engelstalige) 'Don't even think about it: why our brains are wired to ignore climate change' beschrijft George Marshall hoe hij op zoek ging naar het antwoord op de vraag wat ervoor zorgt dat we weten dat iets waar is, maar handelen alsof dat niet zo is. Hij sprak met psychologen, wetenschappers en klimaatontkenners om daarachter te komen. Heel interessant!

Groeten uit Transitie – Eva Peeters, Mme Zsazsa, Kristien Hens, Joke Rous en Dorien Knockaert

Boeken over duurzaamheid zware kosten? Nee joh. Je kunt veel zeggen over 'Groeten uit Transitie', maar niet dat het niet vrolijk is. Het boek is gericht op handige tips om je leven wat duurzamer te maken en staat dan ook vol met handleidingen, schema's en recepten om je te helpen. Maar je leest ook wat niet werkte voor de auteurs (wasbare luiers, bijvoorbeeld).

Er komen allerlei thema's voorbij: op je bord, in de tuin, onderweg, op je lijf, in je huis en in je portemonnee. Sommige experimenten zijn misschien wat ontoegankelijker, maar het grootste deel is voor iedereen toepasbaar.

Plastic purge – Michael SanClements

De ondertitel van het (Engelstalige) boek van Michael SanClements is 'How to use less plastic, eat better, keep toxins out of your body, and help save the sea turtles'. Het is duidelijk: plastic is niet alleen slecht voor de planeet en de dieren in oceanen, maar ook voor onszelf.

En toch kun je bijna geen maaltijd bereiden zonder dat je een heleboel plastic verpakkingen in de prullenbak gooit. SanClements legt het probleem met plastic uit, maar geeft ook adviezen voor hoe je minder plastic kunt gebruiken. Bijkomend voordeel: minder afval én gezonder eten.

Dagen zonder vlees – Alexia Leysen

Ieder jaar wordt in België 'Dagen Zonder Vlees' georganiseerd, een uitdaging waarbij tienduizenden mensen 40 dagen lang – juist – geen vlees eten.

In het gelijknamige boek vind je niet alleen informatie en tips over en voor seizoensgroenten, minder verpakking en minder verspilling, maar ook vegetarische recepten om je op weg te helpen. Het doel? Iedereen een beetje duurzamer laten koken en eten – en dat hoeft echt niet meteen geheel plantaardig.

Drawdown' van Paul Hawken

Drawdown is een samengestelde lijst van de 100 meest effectieve manieren om CO² terug te dringen tot 2050. Het is hét hoopvolle boek dat we nodig hebben om te geloven in een groene toekomst en geeft ons handvaten om daar zelf mee aan de slag te gaan.

The story of stuff – Annie Leonard

In 'The story of stuff' beschrijft Annie Leonard 'hoe onze obsessie met spullen de planeet, onze samenleving en onze gezondheid uitput – en een visie op verandering'. Want dat die obsessie een probleem is, dat moge duidelijk zijn.

Slechts 5 procent van de wereldbevolking (waar wij bij horen) produceert maar liefst 30 procent van al het afval. Niet voor niets is er nu een trend van minimalisme gaande: als je het informatieve boek van Leonard uit hebt, kun je meteen door naar praktischere boeken als 'Opgeruimd', 'Ontspullen' en 'Simple matters' – ook allemaal aanraders, trouwens.

Minder spullen betekent minder belasting voor het klimaat, minder sociale onrechtvaardigheid en minder gezondheidsgevolgen. Klinkt goed, toch?

Als gezond verstand koning was – Dennis Storm

"Stel nou dat we de consumptiemaatschappij waarin we leven van de troon zouden stoten en vervolgens ons collectieve gezond verstand tot koning zouden kronen. Hoe zou de wereld er dan uitzien?" Dit en meer vraagt de voormalig presentator (o.a. van 3 Op Reis), programmamaker en inmiddels bekroonde schrijver zich af. Waar hij zijn schrijfavontuur begon met zijn bestseller 'Weg Ermee', heeft 'ie nu een vervolg uitgebracht: 'Als gezond verstand koning was.' Een vervolg op zijn debuutboek.

Waarom? Op z'n vorige boek over minimalistisch leven kreeg hij ontzettend veel vragen. Voornamelijk praktische vragen. Want hoe kan je bijvoorbeeld dag in dag uit zorgen dat je een minimalistische levensstijl geniet? Hoe blijf je je aan je eigen groene gedachtegoed houden als je omgeving er niets van snapt, laat staan begrip voor heeft? Als je Dennis vraagt om zijn antwoord, dan kan hij die heel simpel beantwoorden: door je gezond verstand te gebruiken.

Doe Het Zero – Het Zero Waste Project

Zie je het zitten (en voel je de noodzaak) om je plastic afvalberg te minimaliseren, dan is het fijn als anderen het voorwerk voor je hebben gedaan. Als zij je haarfijn – door hun fulltime praktijkervaring – kunnen bijpraten over waar je tegenaan gaat lopen, wat je beter wel en niet kan doen and so on. Met het boek 'Doe Het Zero' van Jessie en Nicky Kroon zit je goed. Of beter gezegd, een kookboek. Een superleuke, originele stijl om de lezer aan de hand mee te nemen in de weg naar een plasticvrij leven. Het geeft het boek een positieve boventoon.

Naast recepten veel doe-het-zelf materiaal en ladingen informatie. Van welke schadelijke stoffen kan je beter niet in je huishoudmiddelen tegenkomen, wat smeer je liever wel en niet op je snoet en hoe kan je simpel etenswaren redden van de afvalberg. Leuker leven met minder plastic, wat denk je ervan?

Zero Waste Home ,Bea Johnson

Over dayt milieu-bewust leven helemaal niet geitenwollensokkerig hoeft te zijn.

Onze toekomst is nu! – Greta Thunberg

Waar de focus in dit paperback op ligt? Zoals haar cover zegt: “Wees een held, red de wereld! Hoe dan? In dit boek laat Greta Thunberg zien hoe zij dat aanpakt.” Ze laat met haar zeer bijzondere, avontuurlijke verhaal (plus een dosis praktische tips) zien dat ook kids hun steentje kunnen bijdragen aan een gezondere, natuurrijke wereld.

Hoop, inspiratie en frustratie gaan hand in hand. Maar die eerste twee hebben de overhand. Altijd en overal. Ondanks dat Greta zich focust op het aansporen van jongeren om samen met haar voor een groenere wereld te gaan, is het net zo goed natuurlijk een inspirerend boek voor volwassenen. Ha, iets met jong van geest.

Verlangen naar minder – Jelle Derckx

Jelle Derckx zou je kunnen kennen van zijn blog Growththinkers. Eén die hij samen met z'n vriendin Claire heeft opgezet vanuit de gedachte: “We like to inspire by living a conscious minimal lifestyle based on personal growth.” Persoonlijke groei, minimalistische levensstijl (minder kopen, bewuster leven) en duurzaamheid in de mix dus. En precies dát kan je ook in zijn boek teruglezen. Hij neemt je mee op zijn zoektocht naar een bewust(er) leven, waarbij het voor hem draait om duurzaamheid en minimalisme. Niets geen zweverig gedoe, maar persoonlijke verhalen met down to earth tools. Tools waar je wat mee kan in je dagelijkse leven.

Eating Animals/Dieren eten, Jonathan Safran Foer

In dit boek vertelt hij over hoe hij tot enkele jaren geleden afwisselend vegetariër en vleeseter was. Toen hij echtgenoot en vader werd, stelde hij zichzelf de vraag: waarom eten we dieren? En zouden we ze ook eten als we wisten hoe ze op ons bord terechtkomen?

In een briljante synthese van filosofie, literatuur, wetenschap en undercoverjournalistiek onderzoekt Jonathan Safran Foer in ‘Dieren eten’ de verschillende verhalen die we onszelf vertellen om ons eetgedrag te rechtvaardigen - van folklore tot populaire cultuur, van familietradities tot westerse mythen - en laat hij zien hoe die verhalen onze onwetendheid in stand houden.

No impact man, Colin Beavan

Beavan gooit radicaal het roer om. Hij wil ervaren hoe het is om klimaatneutraal te leven in New York. Zonder tv, zonder plastic, zonder toiletpapier te gebruiken. Kortom niets te doen wat belastend is voor het milieu. Wat betekent dat voor zijn levensstijl? Zijn vrouw is aan haar creditcard verknocht. Lukt het hem haar te overtuigen mee te doen? En wat doen ze met de luiers van hun eenjarige dochter? Hoe verplaatsen ze zich zonder auto? Hoe legt hij zijn moeder uit dat hij niet op bezoek komt met de Kerst omdat hij niet wil vliegen?

Een humoristisch verslag!

Hoe je thuis de wereld kunt redden een ding tegelijk

In ‘Hoe je thuis de wereld kunt redden’ laat milieuwetenschapper Tara Shine zien wat je allemaal zelf thuis kunt doen om je steentje bij te dragen aan het milieu. In deze prachtige gids geeft ze ongeveer 100 alledaagse voorbeelden van dingen die je gemakkelijk kunt veranderen en die echt een positieve impact hebben. Van het omruilen van flesjes vloeibare zeep tot het vervangen van huishoudfolie: alle suggesties zijn haalbaar, duurzaam en in veel gevallen besparen ze ook nog geld. Duurzamer leven is leuk!

De rationele optimist

Het leven wordt steeds beter. We zijn rijker, gezonder, gelukkiger en veiliger dan alle generaties voor ons. Tienduizend jaar geleden waren we met 10 miljoen, nu met meer dan 7 miljard. 99 procent van die 7 miljard heeft het in vrijwel alle opzichten beter dan die 10 miljoen van toen. De mens heeft innovatieve oplossingen bedacht voor alle obstakels die op zijn pad kwamen. In De rationele optimist richt Matt Ridley zich op die vooruitgang. Hij duikt in ons verleden om aan te tonen waarom we de uitdagingen van de toekomst, zoals klimaatverandering en bevolkingsgroei, het hoofd kunnen en zullen bieden. Ridley geeft inzicht in onze sterke punten en maakt overtuigend duidelijk waarom de eenentwintigste eeuw voor de mens de beste eeuw ooit zal zijn. Weg met het pessimisme!

Kinderen van moeder aarde

Zes eeuwen na de Derde Wereldoorlog. De aarde is door een kernoorlog gekanteld en bijna verwoest. Het ijs op het vroegere Groenland, dat nu Thule heet, is gesmolten en het land heeft een heerlijk klimaat. Thule wordt door vrouwen geregeerd, zonder leger, zonder wapens. De mensen leven in vrede en in harmonie met de prachtige natuur, totdat een onbekend schip in de fjord verschijnt.

Het hebzuchtgas: Een klimaatsprookje voor jong en oud - Jan Terlouw

Dit boek is een actueel sprookje over het klimaat en bevat een belangrijke boodschap van Jan Terlouw aan de jongere generaties. Het is een mooie aanvulling op KONING VAN KATOREN

PODCAST

Gaan we echt anders samenwerken na de corona cultuurshock?

https://avanteers.nl/podcast/jitskekramer/?fbclid=IwAR3Wiq-Mw5Wtb_nofuZ8Oj68Z78YbxuSG-ft7x809wQj9aDfecbntDDMI1NI

Necropolitiek. Lex Bohlmeijer in gesprek met Willem Schinkel

Willem Schinkel, hoogleraar Sociologie aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam is een van de scherpste denkers van onze tijd. Hij neemt een radicale positie in ten aanzien van de politiek, links van links zoals hij dat noemt. Zijn nieuwste boek, Pandemocratie, dat in mei verschijnt, is een vlijmscherpe analyse van de manier waarop de politiek omgaat met de pandemie. Hij noemt het necropolitiek, een politiek van de dood. Het laat nog eens op schrijnende wijze zien hoe de politiek altijd al functioneert. Binnen enge grenzen, en vooral zonder verschil. Terwijl leven woekering is binnen verwevenheid

<https://www.podcastluisteren.nl/ep/Goede-Gesprekken-Necropolitiek-Lex-Bohlmeijer-in-gesprek-met-Willem-Schinkel-2>

MUZIEK

Imagine - John Lennon

https://www.youtube.com/watch?v=XOVTHLa_SgE

NIET VERGETEN: Tekstje maken om Dame Greenlist en duurzame student te bedanken en te laten weten dat dit tips uit allerlei hoeken zijn die wij zelf niet allemaal gecheckt hebben.