



# NAKS TORI

Op 4 mei 2012 viert NAKS haar 65 jarig bestaan in Suriname.  
"No sidon na bakra sturu fu seri yu nengre oso bangi"

## Inhoudsopgave

**NAKS Wan Rutu met 'Na Mini Du' naar America**

**Radioprogramma 'NAKS Tori' goed beluisterd**

**Bijdrage NAKS aan voortbestaan van singineti**

**Het effect van de ontmoeting van het Christendom en andere religies**

**Afrikanen in diaspora**

**Carol Redmond: "Ik wil zijn waar God mij wil hebben".**

**Darrel Geldorp: "we blijven fundraisen voor de spiegels van de danszaal"**

**NAKS Allerlei**

**Medisch Nieuws**

**Gedicht: Als ik kon toveren**

### Colofon

NAKS redactieteam

Gastschrijvers:

H. Bel

R. Hooplot

Adres : J. Thomsonstraat 8

Telefoon : 499033

Fax : 531968

Website : [www.naks-suriname.com](http://www.naks-suriname.com)

E-mailadres: [cultorgnaks@yahoo.com](mailto:cultorgnaks@yahoo.com)

# NAKS Wan Rutu met 'Na Mini Du' naar America



Enkele leden van NAKS Wan Rutu



Acteurs van Na Mini Du

NAKS Wan Rutu, een jongerenafdeling van NAKS, is drukdoende voorbereidingen te treffen voor het vertrek naar Amerika. Dit vertrek is het in kader van het samenwerkingsproject in juli 2011 tussen NAKS en de Southern Illinois University Edwardsville (SIUE). Deze samenwerking heeft geleid tot het presenteren van de traditionele Mini Du theatervoorstelling door Surinaamse en Amerikaanse studenten. Het stuk was genaamd "Verboden Love: Na Mini Du".

Door het succes van dit project is een vervolgproject in de USA ontwikkeld, waarbij de NAKS jongeren die deel uitmaakten van de Surinaamse opvoering, zijn uitgenodigd om de Mini Du tijdens de Triumph in My Song: 18th & 19th Century African Atlantic Culture, History, & Performance Conference op de Universiteit van

Maryland, USA op te voeren. De opvoering vindt van 31 mei tot en met 2 juni aanstaande plaats in de steden Edwardsville, Illinois en Baltimore, Maryland.

Het is een hele eer voor NAKS, en voor Suriname om aan dit project deel te nemen. De leden van NAKS Wan Rutu zijn heel erg onder de indruk van het vertrek naar Amerika en zien het als een grote uitdaging om de Surinaamse cultuur middels theater meer bekendheid te geven. Een deel van de kosten zal door NAKS worden gedekt en het andere deel zal worden gefinancierd door middel van fundraisingsactiviteiten en het aanvragen van sponsoring. Indien u deze jongeren wilt ondersteunen kunt u contact maken met de NAKS administratie.

## Over de Du

Het Du Theater was in de slaventijd een zang- en dansspel van verenigingen die overwegend bestonden uit vrije slaven, merendeels vrouwen, onder leiding van rijke vrije vrouwen. Op feestdagen zoals Emancipatie en Nieuwjaar werd dit feest met toestemming van de slavenmeester georganiseerd. De vrouwen waren dan gekleed in prachtige koto's met de bijbehorende angisa's. Bij de du-feesten ontbrak de banya-dans ook niet, waarbij de vrouwen heen en weer slingerden met gevouwen gesteven angisa's in hun handen. Door middel van toneel werd via liederen de slechte behandeling van de tot slaaf gemaakte personen bezongen.

# Radioprogramma 'NAKS Tori' goed beluisterd

Om de samenleving continu op de hoogte te brengen van informatie over en activiteiten van de organisatie NAKS, is op 10 januari 2011 de eerste uitzending van het radioprogramma NAKS Tori van start te gaan op het radiostation Radio 10. NAKS Tori is een onderdeel van het programma 'Info 10 en is om de ene maandag te beluisteren van 15.30 u – 15.45 u. Het programma heeft als doelgroep een ieder die de Surinaamse cultuur een warm hart toedraagt maar in het bijzonder de Afrikaans-Surinaamse cultuur.

“Het idee voor een radioprogramma bestond al geruime tijd. Bij de viering van 60 jaar NAKS zou een aanvang worden gemaakt waarbij er enkele NAKSers in presentatietechnieken waren getraind. Door samenloop van omstandigheden vond dit geen voortgang. In januari 2012 pakte de toenmalige directeur Rieke Eersel de draad op en maakte toen contact met Werner Duttonhover, directeur van Radio 10. Hij vond het een goed idee en heeft aan NAKS de ruimte geboden om een vast radioprogramma te verzorgen bij zijn radiostation”, vertelt Clifton Braam, hoofdpresentator van het programma. De medepresentatoren zijn Latoya Boetius, Darrel Geldorp en Renate Galdey.



Clifton Braam



Darrel Geldorp



Latoya Boetius

Vooralsnog is het programma slechts via Radio 10 te beluisteren. Het ligt in de bedoeling om met nog een ander radioprogramma op een andere zender te starten. NAKS heeft ook het voornemen om met een televisieprogramma te starten. Gesprekken hierover worden nu gevoerd. ♦

Voor een consistente presentatie van NAKS naar buiten toe, is gekozen om het radioprogramma te noemen naar het NAKS nieuwsbulletin. De vaste topics in het programma zijn verjaardagen van de leden, puku van de week, kennismaking met leden of afdelingen. Verder wordt er nieuws over de organisatie al dan niet door interviews aan het luisterpubliek voorgehouden.

Het luisterpubliek van het radioprogramma NAKS Tori is aan het toenemen. “De reacties zijn tot nu toe heel goed. Dit blijkt ook uit de gesprekken met de leiding van Radio 10. Ook het aantal internet luisteraars is goed te noemen. De organisatie heeft veel meer bekendheid genoten in 2011 door het programma en in 2012 zal het programma meer diepgang krijgen door interviews op locatie en uitbreiding van het team van presentatoren.”



Renate Galdey-Blaaspijp

# Bijdrage NAKS aan voortbestaan van singineti

Het Surinaamse rouwverwerkingsgebruik singineti, is een activiteit die mag worden beschouwd als een vorm van collectieve rouwverwerking. Meestal wordt op de avond vóór de begrafenis middels heel veel zang (en tegenwoordig steeds meer gebeden, gedichten en andere vormen van declamaties) door nabestaanden, burens, vrienden en kennissen stil gestaan bij het heengaan van een dierbare: middels lofprijzen aan de Schepper en het bezingen van het paradijselijk voortbestaan na de dood, wordt afscheid genomen van de overledene en hem/haar een goede reis naar het hiernamaals toegezongen.



Begin juni 2011 heeft NAKS voor de eerste keer in de geschiedenis een singineti cursus gehouden. De cursus was bestemd voor diverse groepen welzijnswerkers maar ook voor andere belangstellenden. Het doel was echter minder vrijblijvend en beoogde het klaarstomen van personen die aan het eind van de cursus in staat zouden zijn te participeren aan een bestaande singineti groep dan wel het opstarten van een singineti groep c.q. meer inhoud te geven aan het reeds lid zijn van een dergelijke groep.

De cursusleiding heeft in een vlotte en enerverende cursus alles in het werk gesteld om middels boeiende presentaties van personen behorende tot de verschillende etnische groepen, de inzichten van de cursisten in de rituelen inzake dood en rouwverwerking bij deze groepen, te verruimen en aldus een beter beeld te vormen van overeenkomsten en verschillen. Verder is er in de cursus aandacht besteed aan het kwaliteitsaspect van een singineti, hetgeen ondermeer tot uitdrukking komt in het maken van een gedegen voorbereiding en planning van de uitvoering van de singineti.

De inhoudelijke kant van de singineti bestaat uit de keuze van de liederen, het goed overwegen van het moment waarop een bepaald lied moet worden gezongen en de momenten van afwisseling met bijbellezingen, gedichten enz. Ter completering van de aangereikte gereedschappen werden oefeningen gedaan voor een betere stemvorming, resulterende in een betere zangkwaliteit. Met al deze vaardigheden op zak moesten de cursisten meelopen met bestaande singinetigroepen en zo praktijkervaring verwerven, maar ook kritische kanttekeningen plaatsen door het maken van een vergelijking tussen het geleerde tijdens de cursus en de werkwijze van de groep waar stage werd gelopen.

Met deze activiteit van kennisoverdracht heeft NAKS wezenlijk bijdragen aan het leveren van aanwas voor bestaande en nieuw op te richten singineti groepen. Deze staan centraal bij het cultiveren van de traditie van de singineti, als onderdeel van de rouwverwerking. Tegelijkertijd wordt de traditie verrijkt, door het terugbrengen van oude gewoontes die verloren dreigden te gaan (liederen die persé niet voor tien uur 's avonds worden gezongen), het inbrengen van meer variatie middels toepasselijke troostlezingen en gedichten. ►

De singineti groep Amazing Grace, die overwegend bestaat uit cursisten die de cursus hebben gevolgd, timmert in dit opzicht al enkele maanden aan de weg. Bij het ontvangen van een verzoek om een singineti te leiden, voert men allereerst een intakegesprek met de familie. De daaruit verkregen informatie maar ook de verstrekte adviezen van beide kanten worden verwerkt bij de voorbereiding van de singineti, hetgeen moet resulteren in een voor de familie herkenbare ondersteuning waarin hun geliefde centraal dient te staan. De groep heeft als keurmerk dat de (bedroefde) familie centraal staat en niet de groep achter de tafel.

De groep is voornemens om dit jaar in samenwerking met NAKS een symposium te organiseren, waarbij de plaats van de singineti bij de rouwverwerking ter discussie zal staan. Hiermee zal NAKS samen met alle belanghebbenden (dat zijn wij allen) de stap moeten zetten naar het vervullen van een sturende rol bij het streven naar kwaliteitsverbetering van het instituut singineti. ♦

## Het effect van de ontmoeting van het Christendom en andere religies

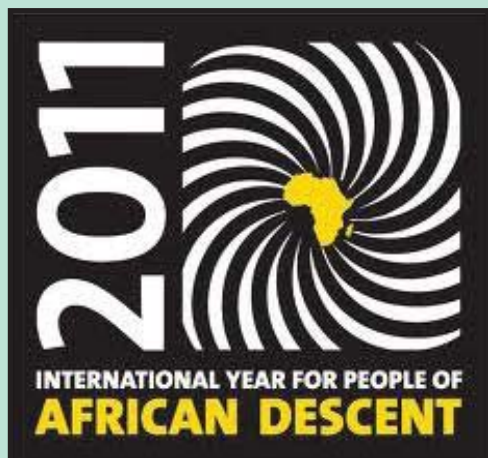
De Zuid Afrikaanse theoloog Dr Mpho Ntoane was van 11 tot en met 25 januari voor privébezoek in Suriname. Dr. Ntoane is 76 jaar en woont ruim 30 jaar in Nederland. Hij heeft zijn sporen verdiend op het gebied van onder andere trainingen zwartbewustzijn, anti-racisme en interculturaliteit en heeft veel ervaring met gemeenschapsopbouw. Hij heeft een goede relatie met de Surinaamse gemeenschap in Nederland en is betrokken bij de bouw van een gemeenschapscentrum te Ramgoelam.

Op zondag 22 januari is in NAKS een themamiddag georganiseerd: "het effect van de ontmoeting van het Christendom en andere religies". De Zuid Afrikaanse theoloog Dr Mpho Ntoane die van 11 tot en met 25 januari voor privébezoek in Suriname vertoefde, was de inleider. Hij gaf aan dat er religies zijn die een heilig boek hebben en sommige niet. In een heilig boek zoals de Bijbel, worden zaken schriftelijk vastgelegd. Bij de andere vindt de overdracht alleen oraal plaats, maar dat maakt ze niet minder waardevol.

Dr. Ntoane sprak ook vanuit eigen ervaring hoe de ontmoeting van zijn cultuur is geweest met het Christendom. Het Christendom is volgens hem een containerbegrip: wat Jezus heeft gezegd en gedaan, wat mensen hebben geïnterpreteerd en de cultuur van de mensen die dit geloof belijden. Bij overdracht wordt niet alleen het geloof overgedragen, maar ook de cultuur. Een voorbeeld daarvan is het volgende in Afrika:

“Bij de ontmoeting van Christendom en andere religies vallen vaak familieverbanden uiteen. Wanneer je niet meegaat, kan je worden uitgesloten”. In zijn dorp werd het kerkgebouw neergezet bij de waterput. Daardoor moesten mensen naar de kerk komen. Mensen praten tegenwoordig veel over wedergeboren zijn, maar sluiten vervolgens anderen juist uit. Uitsluiting van anderen, van andere religies is niet de bedoeling geweest van Christus. Die roept juist een ieder naar zich toe. ♦

# Afrikanen in diaspora



De gezamenlijke activiteiten die door de Afrikaans-Surinaamse organisaties zijn gehouden zijn werkelijk een signaal dat we op de goede weg zijn.' Elviera Sandie, voorzitter Nationale Commissie Afrikanen in Diaspora legt uit dat er nog steeds mensen zijn die hun neus optrekken voor deze 'negerachtige dingen'. Maar als de Verenigde Naties, 2011 tot het Jaar van de Afrikanen in Diaspora heeft uitgeroepen zegt dat al genoeg van de awareness die er al in de wereld is.

Volgens Sandie gaat het om het behoud van de cultuur en geschiedenis van de Afrikaan in diaspora. "Wij willen dat het gezamenlijk optreden niet iets van zwarte organisaties alleen is. Alle actoren in de samenleving moeten optrekken voor het bereiken van het doel dat de Verenigde Naties en ook de Surinaamse overheid willen bereiken. Dat doel zal niet alleen door zwarte organisaties alleen worden bereikt. Je hebt de overheid, de burgers en het Surinaamse bedrijfsleven nodig".

Om dit doel te bereiken heeft de commissie in de beginfase van haar werkzaamheden een document, genaamd 'Bouwstenen' opgesteld. Armand Zunder, een consultant, deed in opdracht van de commissie onderzoek onder organisaties die de cultuur van de zwarte beschaving in Suriname vertegenwoordigen. De bijdragen van deze organisaties zijn een verfijning geworden van het document 'Bouwstenen' en is getiteld 'Samen naar Morgen'. Het conceptdocument zal per eind maart becommentarieerd worden door de diverse organisaties en daarna aan de overheid en het publiek worden aangeboden. Minister Raymond Sapoen van Onderwijs en Volksontwikkeling is zeer tevreden over de verrichtingen van de commissie en verlengde daarom het mandaat naar oktober 2012. De overige commissieleden zijn Richenel Trustfull, Salomon Emanuels, Genia Corinde en Julien Zaalman.

NAKS behoorde tot de één van de organisaties die in 2011 financiële en morele ondersteuning heeft gekregen van deze Nationale Commissie. De steun aan NAKS was voor het houden van het geslaagde Kawinafestival 2011.

# Carol Redmond: “Ik wil zijn waar God mij wil hebben.”



Carol Redmond van de vrouwenmuziekformatie NAKS Makeda en bespeelt de basgitaar. Daarnaast bespeelt ze ook de skratji dron en andere percussie instrumenten. Het repertoire van deze muziekgroep is veelal gericht op Afro-Jazz muziek. Carol is in Paramaribo geboren, komt uit een gezin van 3 kinderen waarbij ze de prinses is tussen de 2 broers. Ze heeft nog geen kinderen. In vraaggesprek met de reactie vertelt ze meer over haar artiestenleven.

## **Makeda is een vrouwelijke muziekformatie. Hoe ervaar je dat?**

Het is een band met vrouwelijke muzikanten die durf hebben, gedreven zijn in wat zij willen, een sterke wil en persoonlijkheid hebben. Voor wat achtergrondinformatie over de band betreft kan ik meegeven dat NAKS Makeda in februari 2010 is opgericht. Wij spelen voornamelijk Afro-Jazz, een muziekstijl die veel Afrikaanse invloeden bezit en die we dan in combinatie brengen met de muziekstijl Jazz.

De band bestaat uit 15 freelance vrouwelijke muzikanten. De manager van de groep is meneer Benjamin Koningferander, en de bestuursleden zijn Carol Redmond en Ivannia Dragtenstein. De Artistieke leider en componist is Liesbeth Peroti.

## **Waarmee onderscheidt deze formaties zich van de overige formaties?**

Binnen NAKS zijn wij de enige groep voor zover we het zijn nagegaan, die Afro-jazz speelt. We arrangeren en componeren zelf onze liederen. We treden niet vaak op zoals de andere groepen, maar werken op projectbasis. Daarmee geef ik aan dat wij werken aan producties die te maken hebben met het opnemen van een lied in de studio en het maken van een videoclip. Te denken aan de dvdproductie ‘Ode aan mevrouw Elfriede Baarn’ in februari 2011, waar wij ook een bijdrage hebben geleverd met de videoclip genaamd Wan Ma Aisa. We werken dus eraan om meer van deze producties uit te brengen.

## **Hoe ervaar je het leven als een artiest?**

Heel leuk en leerrijk, maar ook heel enerverend en zwaar van tijd tot tijd. Vele voorbereidingen, vele optredens en altijd zorgen voor een goede show. Daarvoor is er altijd heel veel werk. Maar je leert er altijd wat bij en het geeft ook een ‘boost’ aan je persoonlijkheid. Als men de top bereiken wil, moet men hard werken en vooral een doorzetter zijn, want soms kom je veel op je pad tegen.

## **Wat doe je graag naast het leven als artiest?**

Dan lees ik heel graag. Ik houd van lezen, genieten van de natuur, luisteren naar muziek, knutselen en dingen repareren en ook koken.

## **Hoe is je voorbereiding voor een optreden?**

Nou, ik ga altijd even in gebed, zodat de Here mij kan bijstaan voor een goed optreden, ga dan weer even na of ik alles heb meegenomen wat nodig is voor mijn optreden. Al mijn attributen dus bij elkaar zetten. Daarna dan gewoon mezelf zijn.

### **Makeda is een vrouwelijke muziekformatie. Hoe ervaar je dat?**

Het is een band met vrouwelijke muzikanten die durf hebben, gedreven zijn in wat zij willen, een sterke wil en persoonlijkheid hebben. Voor wat achtergrond informatie over de band kan ik meegeven dat NAKS Makeda in februari 2010 is opgericht. Wij spelen voornamelijk Afro-Jazz, een muziekstijl die veel Afrikaanse invloeden bezit en die we dan in combinatie brengen met de muziekstijl Jazz.

De band bestaat uit 7 tot 15 freelance vrouwelijke muzikanten. De manager van de groep is meneer Benji Koningferander, en de bestuursleden zijn Carol Redmond en Ivannia Dragtenstein. De Artistieke leider en componist is Liesbeth Peroti.

### **Waarmee onderscheidt deze formaties zich van de overigen?**

Binnen NAKS zijn wij de enige groep zover we het zijn nagegaan, die Afro-jazz spelen. We arrangeren en componeren zelf onze liederen. We treden niet vaak op zoals de andere groepen, maar werken op project basis. Daarmee geef ik aan dat wij werken aan producties die te maken hebben met het opnemen van een lied in de studio en het maken van een videoclip. Te denken aan de film (korte biografie/ ode) van mevrouw Elfriede Baarn, waar wij ook een bijdrage hebben geleverd met de videoclip genaamd Wan Ma Aisa. We werken dus eraan om meer van deze producties uit te brengen.

### **Hoe ervaar je het leven als een artiest?**

Heel leuk en leerrijk, maar ook heel enerverend en zwaar van tijd tot tijd. Vele voorbereidingen, vele optredens en altijd zorgen voor een goede show. Daarvoor is er altijd heel veel werk. Maar je leert er altijd wat bij en het geeft ook een boost aan je persoonlijkheid. Als men de top bereiken wil, moet men hard werken en vooral een doorzetter zijn, want soms kom je veel op je pad tegen.

### **Wat doe je graag naast het leven als artiest?**

Dan lees ik heel graag. Ik houd van lezen, genieten van de natuur, luisteren naar muziek, knutselen en dingen repareren en ook koken.

### **Hoe is je voorbereiding voor een optreden?**

Nou, ik ga altijd even in gebed, zodat de Here mij kan bijstaan voor een goed optreden, ga dan weer even na of ik alles heb meegenomen wat nodig is voor mijn optreden. Al mijn attributen dus bij elkaar zetten. Daarna dan gewoon mezelf zijn.

### **Wat was het grootste succes en leukste optreden dusver?**

Het grootste succes met NAKS Makeda, is het werken aan het project over de 'Ode aan Elfriede Baarn'. Dat we zo een sterk nummer in elkaar konden zetten en dan ook nog zo een supergave videoclip. Het leukste optreden is bij Zus en Zo. Toen hadden we de videoclip Wan Ma Aisa ook al uit en hadden we een leuk optreden weggegeven.

### **Met welke artiest zou je weleens willen samenwerken?**

Er zijn er velen, maar ik kies toch voor meneer Vincent Henar, de man achter Fra Fra Sound. Een goede leider en goede bassist en goede coach. Iemand die een band voor 30 jaren nog steeds in stand kan houden, verdient bij mij gewoon heel veel respect en een prachtige samenwerking. Ik heb heel veel respect voor hem. Wat mij ook erg aanspreekt is zijn gedrevenheid, zijn inspiratie en vooral een Surinamer die zijn cultuur weet over te brengen overal in de wereld. Een grote motivatie voor vele Surinamers.

### **Waar kunnen we je in de toekomst tegenkomen?**

Zeer interessante vraag waar ik elke dag weer aan mezelf en aan God vraag. Ik wil zijn waar God mij wil hebben. Ik zie mezelf graag in het buitenland op tournee, verschillende landen, maar ik zie mezelf ook lekker in Suriname, mijn eigen muziekproducties en management aan het runnen. Daarnaast internationaal met Makeda op verschillende grote podia. Ik streef naar een groot optreden in Afrika met de vrouwenband, Maar dan toch ook weer in Suriname, de kennis overdragen. Dat mogen wij nooit vergeten. ♦



## Darrel Geldorp: “we blijven fundraisen voor de spiegels van de danszaal”



De tweede fundraisingsactiviteit voor de aanschaf van spiegels voor de danszaal is in aantocht. Op zaterdag 31 maart aanstaande organiseert NAKS Wan Rutu een *bun kopu seri* tussen 8.00 u en 14.00 u op het terrein van Stichting Buurtorganisatie Latour (Stibula).

“We willen zoveel als mogelijk fundraisen om gelden te genereren voor de aanschaf van de spiegels in de danszaal en blijven dus fundraisen”, zegt Darrel Geldorp, voorzitter van NAKS Wan Rutu. Tijdens de *bun kopu serie* zullen verschillende tweedehandskledingstukken worden verkocht. “Het initiatief voor deze activiteit komt van een NAKS Wan Rutu lid.”

NAKS Wan Rutu heeft bewust gekozen voor Stichting Buurtorganisatie Latour (Stibula), omdat het een buurtorganisatie is die bekendheid geniet en een ontmoetingscentrum voor jong en oud. Met de *bun kopu serie* willen de NAKS-jongeren ook een hand reiken aan de minderdraagkrachten. Tegerlijkertijd kunnen de jongeren van de omgeving kennis maken met de leden van de groep.

Deze jongerenafdeling houdt zich bezig met het onderzoeken van de verschillende traditionele Afro-Surinaamse dansen, die verloren dreigen te gaan. “We vinden het onderhouden, documenteren en het behouden van onze cultuur zeer belangrijk. De kennis die we tijdens de onderzoeken opdoen, brengen we ook over naar de overige NAKS-leden en de gemeenschap in de vorm van dansworkshops. Daarom is de aanschaf van de spiegels heel erg belangrijk. We roepen iedereen op om aanwezig te zijn die dag om het samen met ons tot een succesvolle dag te maken”, besluit Darrel.

Op 3 december 2011 heeft NAKS Wan Rutu haar eerste fundraisingsactiviteit georganiseerd. Op het Valliantsplein hadden de jongeren een stand ingericht waarbij het publiek terecht kon voor heerlijke Surinaamse koeksoorten en ook genieten van optredens.

## **Bouwactiviteiten conferentiezaal gestart**

De eerste stappen om te komen tot een conferentiezaal annex bar en keuken zijn gezet: de bouwploeg onder leiding van Henny Panka is met heel veel enthousiasme met de werkzaamheden begonnen. Samen met het bestuur werd de eerste stap feestelijk en met een gebed gestart. Zoals bekend zijn wij in staat de conferentiezaal op te zetten dankzij de Club 100 vrienden die maandelijks of via een eenmalige storting een financiële bijdrage leveren aan NAKS. Dankzij deze financiële zekerheid kon een banklening aangegaan worden bij de Godobank. Nu moeten wij ervoor zorgen dat op de jaardag van Naks op 04 mei de conferentiezaal af is en dat we de lening netjes aflossen elke maand. Wij blijven dus rekenen op de steun van de Clubleden en andere donateurs. ♦

## **Werkgroep Economische Versterking NAKS**

De werkgroep Economische Versterking NAKS is van start gegaan met haar werkzaamheden. Deze werkgroep heeft als taak het adviseren van het bestuur inzake acties die ondernomen moeten worden om de organisatie en de leden economisch sterker te maken, met onze Afro-Surinaamse cultuur als inzet. Op deze manier kunnen alle producten van NAKS op het gebied van decoratie, muziek, dans, theater, zang, culinair, koto, angisa, enzovoorts, commercieel ingezet worden. In het eerste jaar concentreert de werkgroep zich op het volgende:

- Beheer en exploitatie van de conferentiezaal annex bar en keuken;
- Het werven van muuradverteerders (Renate Wouden ondersteunt hierbij);
- Het opzetten van een entertainment bedrijf dat verschillende diensten zal verhuren/verkopen aan het publiek.

De werkgroep staat onder leiding van Eline Graanooft en bestaat verder uit de heren H. Bel, E. Burger, K. Welzijn en mevrouw S. Mormon. Indien u belangstelling heeft om deze werkgroep te joinen of te ondersteunen met adviezen: de deur staat open. ♦

## **Verfraaiing NAKS terrein**

Mw. Debby Yvel is belast met de coördinatie van de verfraaiing van het NAKS terrein, zodat NAKS fysiek gezien representatiever wordt. Zolang wij niet genoeg financiële middelen hebben om de schouwburg te renoveren, zal de ruïne er beter uit moeten zien. De ruïne van de schouwburg zal volledig gerenoveerd worden. Wij willen u nieuwsgierig maken en zeggen: wacht maar af, nog maar enkele weken ♦

## **NAKS kawina festival 2012**

De voorbereidingen van het NAKS kawina festival 2012 zijn in volle gang. Dezelfde commissie die het vorige festival georganiseerd heeft bestaande uit Cecil Nijman (voorzitter), Mariska Hew A Kee, Clifton Braam, Henny Panka en Gerley Baarn, zal weer een mooi en spannend festival organiseren. Waarschijnlijk wordt het festival wederom in de maanden oktober (voorrunde), november (voorrunde) en november (finale) gehouden. Kijk uit naar meer informatie hierover. Suggesties zijn van harte welkom. ♦

## **NAKS tijdens avondvierdaagse**

Met als thema 'Een gezond idee, wij doen allemaal mij met de 48ste AVD' doet NAKS dit jaar weer mee aan de Avondvierdaagse. Het betreft de senioren- en de juniorengroep. De seniorengroep bestaat uit 32 personen, terwijl de juniorengroep uit 20 personen uit. Het wordt weer leuk, dus kijk van 11 april tot en met 14 april uit naar de NAKSgroepen.

## NAKS Jubileumviering 05 mei aanstaande

Op 04 mei zullen wij ons 65-jarig bestaan vieren. Wij zullen op 05 mei een sobere viering houden, waarbij al onze afdelingen gereed staan om een mooie en feestelijke presentatie te verzorgen en de conferentiezaal officieel geopend zal worden. Houd u alvast de datum vrij, want het is fijn als u op die dag bij ons en met ons wilt zijn. ♦



### Club 100 Actie: vorderingen

De Club 100 actie van Naks loopt nu al langer dan 1 jaar. We zijn tot nu toe tevreden met de manier waarop Surinamers inspelen op deze actie en spontaan een maandelijkse bijdrage storten op de NAKS rekening. Hierdoor zijn we nu in staat geweest om officieel aan te kloppen bij de bank om een lening aan te vragen voor de eerste fase van de renovatie. In deze fase zullen wij een deel van het complex zodanig verbouwen dat we een modern ingerichte conferentieruimte incl. eetzaal en bar kunnen verhuren aan derden.

Het NAKS bestuur bedankt alle leden van de Club 100 Actie, waaronder ook NAKS-ers, die hun ondersteuning verlenen. Voor degenen die alsnog lid willen worden, s.v.p. contact opnemen met het NAKS secretariaat voor informatie over de procedure.

Ismene Krishnadath, lid van de NAKS Club, die 100 SRD per maand bijdraagt motiveert haar lidmaatschap als volgt: "Ik vind NAKS een goede organisatie. Het huis van NAKS is bovendien in mijn buurt en ik zie dat er flink gewerkt wordt aan het aanzien van de plek. Ik vind het dan ook een hele eer om lid te zijn van de NAKS Club." ♦

### Overlijden/herdenking

Mw. Jet Muntslag, oud lid van de afdeling Zang en Dans (nieuwe naam van de afdeling is "Kwaanza") is overleden. De teraardebestelling was op 6 februari. De Afdeling Zang en Dans heeft bij de uitvaart drie zangnummers ten gehore gebracht. ♦

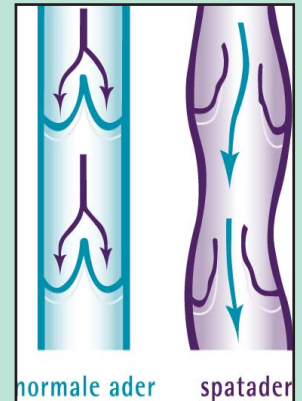


Op 27 februari was het een jaar geleden dat Desmond Apai, ex-voorzitter van de jongerenafdeling Naks Wan Rutu overleed. Bestuur en Wan Rutu hebben op deze dag stil gestaan bij het verlies van onze talentvolle Desmond, maar vooral ook bij de waarde van datgene wat hij heeft achtergelaten aan culturele producties en in onze harten. ♦



# Medisch Nieuws

Spataderen zijn opgezette en verdraaide aderen die voornamelijk in de benen voorkomen. Spataderen kunnen ook voorkomen in de endeldarm. Dan worden ze aambeien genoemd. Ook is het mogelijk dat spataderen in de slokdarm en balzak voorkomen. De medische term voor spataderen is varices. Spataderen zijn blauw van kleur en zijn van buitenaf te herkennen als de aderen dikker en kronkelig onder de huid verlopen. Kleine spataderen kunnen ook rood van kleur zijn, dit worden ook wel “berkentakjes” genoemd.



## Wat zijn de klachten bij spataderen?

Spataderen kunnen niet alleen als lelijk ervaren worden, maar kunnen ook voor medische klachten zorgen zoals pijn, rusteloze benen, bloedingen en een moe en zwaar gevoel. Ook kunnen er afwijkingen aan de huid ontstaan, zoals bruine vlekken (verkleuring), eczeem of een open been. Lichte vormen van spataderen zijn meestal alleen cosmetisch van aard. Bij zwaardere vormen van spataderen zijn er ook medische klachten.

## Hoe ontstaan spataderen?

Het bloed in de benen stroomt via de aderen weer naar de bovenrichting van het hart. Door de zwaartekracht wordt het bloed naar beneden getrokken. In de aderen zitten kleppen die het terugstromende bloed tegenhouden. In sommige situaties, zoals bij veel staan, kan er teveel druk op de kleppen komen te staan waardoor de kleppen minder goed gaan werken. Hierdoor kan er bloed in de aderen achterblijven en niet goed naar het hart terugstromen. Deze aderen zwellen dan op en dit kan na verloop van tijd zelfs permanent worden. In dat geval spreken we van spataderen.

## Wat zijn de factoren die de kans op spataderen verhogen?

- Erfelijke aanleg: spataderen zijn in sommige gevallen aangeboren. Bij zwakke vaatwanden is het risico op spataderen groter.
- Langdurig en veel staan: Als je veel staat, is er langer en vaker druk op de kleppen van de aderen in je benen. Dit verhoogt de kans op spataderen. Mensen met een staand beroep, bijvoorbeeld winkel- en horecapersoneel, krijgen vaker last van spataderen.
- Geslacht: Spataderen komen vaker bij vrouwen voor dan bij mannen. In het bijzonder bij vrouwen boven de dertig komen spataderen meer voor.
- Zwangerschap: Zwangere vrouwen lopen een groter risico op spataderen. Dit komt doordat de veranderende hormoonspiegel de vaatwanden zwakker maakt. Daarnaast is de hoeveelheid bloed tijdens zwangerschap groter en kan de opgezette baarmoeder het terugstromen van het bloed hinderen.
- Trombose: Trombose is een bloedstolsel in de aderen.

Dit komt meestal voor in de diepe aders, maar kan in de oppervlakkige aders voor spataders zorgen. De stolsels kunnen de kleppen in de diepe aders beschadigen. De diepe aderen zijn met de oppervlakkige aderen verbonden. Hierdoor wordt de druk op de kleppen die lager liggen groter en kunnen die kleppen ook beschadigd worden. De druk wordt steeds verder naar onder doorgegeven en kan bij de oppervlakkige aderen terechtkomen. Hier kunnen dan weer spataderen ontstaan.

## Onderzoek

Voor een spataderbehandeling wordt een patiënt eerst door een arts onderzocht. Allereerst wordt er gekeken naar uiterlijke verschijnselen van de spataderen en huidafwijkingen. Om de lekkende bloedkleppen op te sporen en de snelheid van het terugstromende bloed te meten is extra onderzoek nodig. Dit kan gedaan worden met een duplexonderzoek (echoapparaat). De snelheid van de stroming van het bloed wordt gemeten door ultrageluidgolven.

Er zijn verschillende behandelmethodes voor spataderen. De situatie is bij iedere patiënt anders. Een arts kan de verschillende behandelmethoden met je bespreken en kiezen voor de beste optie voor jouw specifieke situatie. In sommige gevallen is een combinatie van verschillende behandelmethoden de beste oplossing.



bron: [www.gezondheidsplein.com](http://www.gezondheidsplein.com)

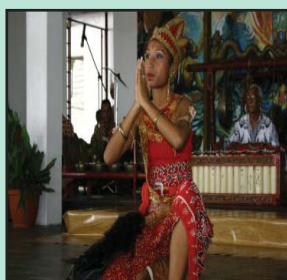
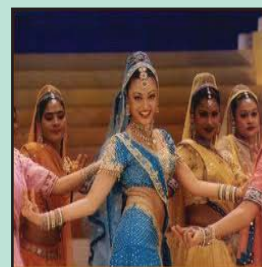
# Als ik kon toveren.....

Als ik kon toveren  
Zou ik me willen omtoveren in een Indiaanse vrouw  
Dan zou ik gekleed in mijn sari  
Ik zou dan weten hoe ik kasiri moet klaarmaken  
Ik zou dan weten wat de samburadans inhoudt  
Als ik kon toveren.....



Als ik kon toveren .....  
Zou ik me willen omtoveren in een Chinese vrouw  
Dan zou ik gekleed gaan in mijn shanghai  
Ik zou dan weten hoe ik saw paw moet klaarmaken  
ik zou me meer verdiepen in de drakendans  
Als ik kon toveren.....

Als ik kon toveren  
Zou ik me willen omtoveren in een Hindustaanse vrouw  
Dan zou ik gekleed gaan in mijn sari  
Ik zou dan roti bakken  
Ik zou dan weten wat de caual inhoudt  
Als ik kon toveren.....



Als ik kon toveren  
Zou ik me willen omtoveren in een Javaanse vrouw  
Dan zou ik gekleed gaan in mijn sarong  
Ik zou dan weten hoe ik pitjel moet klaarmaken  
Ik zou dan weten wat de jaran kepong inhoudt  
Als ik kon toveren....

Ach,  
Ik hoef me niet om te toveren  
in een Indiaanse vrouw om kasiri te maken  
Ik hoef me niet om te toveren  
in een Chinese vrouw om saw paw te maken  
ik hoef me niet om te toveren  
in een Hindustaanse vrouw om roti te bakken  
Ik hoef me niet om te toveren  
in Javaanse vrouw om pitjel te maken  
Want ik ben een Surinaamse



Nancy Lodik