



## COLUMN JONG, HIP & BEWUST

tekst: Marin Leus - [www.groeneavonturen.nl](http://www.groeneavonturen.nl)  
[www.instagram.com/groeneavonturen](https://www.instagram.com/groeneavonturen)



# Zelf de verandering zijn die je in de wereld wilt zien

**In 2009 bestonden mijn dagen uit cola drinken, alle lampen aan laten als ik wegging en knakworstjes eten. Een jaar later besloot ik na het lezen van 'Dieren eten' van Jonathan Safran Foer vegetariër te worden. Sindsdien is er iets in gang gezet wat nog steeds niet is uitgewerkt. Ik begon véél te lezen en onderzoek te doen: ik haalde m'n kop uit het zand. Zodoende ben ik in 2011 plantaardig gaan eten en me in duurzaamheid gaan verdiepen.**

De middelmaat past niet zo goed bij mij. Vroeger kleepte ik me al anders. Ik vond het leuk om op te vallen. Gekke hoedjes, knalrood haar, zelfgemaakte jurken, een wereld aan sieraden, niets was me te raar. Ook keek ik graag naar 'Joris Showroom', mensen die anders leven vond ik fascinerend. Sinds 5 jaar ben ik zelf in stapjes steeds 'extremer' gaan leven. De televisie vloog de deur uit, evenals shampoo en 'verzorgingsproducten'. Een rijbewijs, daar heb ik nooit de behoefte aan gehad. Ik begon meer biologisch te kopen en ontmoette mensen die dezelfde idealen hadden. Rob Greenfield en No impact Man waren grote online inspiratiebronnen.

### Zelfvoorzienend leven

Tijdens het werken op biologische boerderijen in Costa Rica merkte ik hoe blij ik van een simpel leven werd. De was met de hand doen, eten uit de tuin, niet te veel moeten, niet te veel willen. Ik maakte tijdens mijn reis een lijstje met datgene wat ik wilde veranderen als ik terug was in Nederland. Eigenlijk ging het hele lijstje over zo zelfvoorzienend mogelijk leven.

En zo geschiedde. Terug op eigen bodem nam ik me voor niet meer te vliegen, niks nieuws meer te kopen, weinig afval te produceren en verder zo groen mogelijk te leven. De kleine stapjes heb ik overgeslagen, ik ben meteen aan de bak gegaan. Zo ontstond mijn blog 'Groene Avonturen', een plek om te delen, te inspireren en mezelf uit te dagen. 'Be the change you want to see in the world' is mijn levensmotto geworden. Elke handeling, hoe klein ook, maakt een verschil. Op mijn blog schrijf ik over hoe je een zo klein mogelijke voetafdruk kunt krijgen. Dit laat ik zien door middel van mijn eigen leven en het leven van anderen.

Groen eten is hier een groot onderdeel van: plantaardig, lokaal, onverpakt en biologisch. Sinds twee jaar heb ik mezelf geleerd welke wilde planten eetbaar zijn en geef ik hier wandelingen in. Daarnaast heb ik een online cursus over lokaal eten ontwikkeld en heb ik samen met een vriendin Loka Loka opgezet, een digitale kaart waar meer dan 2000 duurzame adressen opstaan voor je lokale boodschappen.

### Moderne nomade

Sinds 1 juli ben ik voor onbepaalde tijd (3 maanden? 3 jaar?) door Nederland en België aan het fietsen op zoek naar groene initiatieven. Gewapend met camera en laptop leg ik de wondere wereld van ecodorpen, permacultuurtuinen, zelfvoorzienende plekken, groene mensen en tiny houses vast. Sommige plekken bezoek ik voor een dag, op anderen blijf ik een tijdje wonen en meewerken. Zo leef ik als een moderne nomade, met weinig geld en zo zelfvoorzienend mogelijk.

