

**MAGNEET
WOORDEN
KALENDER**

**September
2025**

Zacht

Het regende niet zacht afgelopen vrijdag. Maar het was droog toen wij in Den Haag ons eerste **Rondje Zachtheid** liepen. Een landelijk initiatief om iedere laatste vrijdag van de maand samen te wandelen. Tegen hardheid. Tegen verdeeldheid in de samenleving. Tegen tegen. Is het genoeg? Zeker niet. Maar ik vind het bemoedigend te weten dat op 25 plaatsen in Nederland en België er mensen zijn die in beweging komen, in plaats van moedeloos en cynisch te worden. Waarin kunnen onze zachte woorden doorklinken?

Jeanine, 31 augustus 2025



MAANDAG

1

SEPTEMBER

Een veld magnieten

In haar theaterprogramma Paradijskleier houdt Lenette van Dongen mensen een spiegel voor. Ze laat de zaal de zin aanvullen: 'Ik ben niet... genoeg'. Ja hoor: niet slank, slim, knap genoeg. Wat zeggen we toch een nare dingen over onszelf, concludeert Lenette. Ze licht toe: "Woorden zijn pitten. Als je ze om je heen strooit, **ontkiemen** ze." De retorische vraag volgt: wat denk je dat er opkomt als je 'ik-kan-niks-en' zaait? Of 'ik-ben-te-dik-pitten'? Zelf is ze ook een goed voorbeeld van hoe het niet moet: "Ik heb thuis wel een heel veld magnieten!"



DINSDAG

2

SEPTEMBER

Duurzame dinsdag

De eerste dinsdag van september is het Duurzame Dinsdag, de Prinsjesdag van de duurzaamheid. En als we dan toch aan het allitereren zijn: hoeveel alliteraties ken jij op duurzaamheidsgebied?

Ik begin: **Pieter Pot**, KlimaatKlappers, DoucheDeuntjes, VerspillingsVrij, pro plant, BioBak, Fridays for Future, Groene Groeiers,



WOENSDAG

3

SEPTEMBER

Fitbike

Bekentenis: ik ben een fatshamer. Ik heb snel een oordeel over mensen die dik zijn. Onterecht. Als ik een stevig iemand op een scooter voorbij zie komen, dan denk ik onwillekeurig: 'Tja, dat krijg je ervan, als je niet beweegt'. Ik schaam me ervoor, al zit er ook een kern van waarheid in: bewegen is goed. Voor iedereen. Die overtuiging voel ik extra sterk als ik op mijn '**op eigen energie aangedreven** fiets' word ingehaald door een fatbike. 'Ik heb een fitbike!'



DONDERDAG

4

SEPTEMBER

Campingbordjes

Nagekomen vakantiepost: drie rijmende bordjes. Langs de wallen van vestingstad Heusden: 'Houd uw hond aan de lijn, dat vinden de schapen fijn'. En twee op charme-camping **Hartje Groen** in Schaijk: 'Super groen als je zuinig met water wilt doen'. En: 'Doorgang vrij, iedereen blij', zodat mensen hun auto niet parkeren voor het hek dat toegang geeft tot het bospad.

Ingezonden door: Angelique Sijsenaar (wat rijmt op: ik als ontvanger bof maar ;))



VRIJDAG

5

SEPTEMBER

Raad van Doezicht

Stichting MaatschapWij stimuleert een groenere, gezondere en meer verbonden samenleving. In wekelijkse nieuwsbrieven laat **MaatschapWij** daar concrete voorbeelden van zien. In een mail komt het verzoek aan lezers om bij te dragen. 'Zonder jou immers geen wij'. Was getekend: de Raad van Doezicht. You make my day!



ZATERDAG

6

SEPTEMBER

Op fiets rijmt niets

‘Hier geen fietsen plaatsen’. De meeste nietjes komen voor in communicatie over het fietsparkeerverbod. (Extra grappig omdat je je fiets wél tegen een ‘nietje’ mag parkeren – zo’n fietsenrek.) Ik heb een hele verzameling van deze niet-boodschappen aangelegd, en ook verrassende omkeringen, zoals ‘Houten fietsen toegestaan’. Een nieuwe fotografeerde ik laatst in Delft achter een woonkamerraam: **‘Zet uw fiets waar u moet zijn’**.



ZONDAG

7

SEPTEMBER

Dag van de inzending van Merel Roze

Bij de trampoline in Frankrijk zag Merel de instructie: 'Désolé les parents, réservé aux enfants!' Alleen voor kinderen dus, in plaats van 'verboden voor volwassenen'. En met **begrip** voor ouders die zelf ook wel even op het luchtkussen zouden willen springen.



MAANDAG

8

SEPTEMBER

Haaks

Vandaag is het de dag van de fysiotherapie. Ik kwam eens schuifelend binnen bij de fysiopraktijk, mijn rug in een haakse hoek. Na de massage voelde mijn onderrug gelukkig een stuk soepeler. Bij het weggaan groette de fysiotherapeut: 'Tot volgende week en hou je haaks!' Extra grappig was dat hij 'Van der **Last**' heette.



DINSDAG

9

SEPTEMBER

Verrukkelijk

Deze week is het verspillingsvrije week. Een slogan die je even op het verkeerde been zet, is: 'Verspilling is verrukkelijk'. Na de '**disrupt**' (huh??) volgt de 'reframing': dat wat je bijna zou weggooien, kan nog heerlijk smaken. Alle restjesridders verzamelen!

PS: zie ook 9 oktober (nog even geduld – de volgende maand is nog in de maak)



WOENSDAG

10

SEPTEMBER

Op zoek naar woorden

Dat is het thema van deze Suïcidepreventiedag (of eigenlijk van de hele week). In Nederland stappen er dagelijks gemiddeld 5 mensen uit het leven. Praten kan het verschil maken voor iemand die kampt met suïcidale gedachten. Maar hoe start je zo'n gesprek? Daar heeft 113 een trainingstool voor ontwikkeld. Verder roepen ze iedereen op: ga op zoek naar woorden. Want met woorden kunnen we elkaar helpen. De 113-campagne heeft alvast drie woorden: Ik zie je. Op de site lees ik: "Als ik van alle woorden die ik zoek, er een paar voor jou mag kiezen, dan hoop ik dat je **hoop** vindt en die nooit meer zal verliezen."



DONDERDAG

11

SEPTEMBER

Van NIMBY naar YIMBY

Je kent de afkorting NIMBY vast. Die staat voor Not In My BackYard. We vinden nieuwe hoogbouw of een asielzoekerscentrum prima. Als die maar niet in onze achtertuin komt te staan. Maar nu is er ook de YIMBY. De buurt kan een bouwproject worden waar iedere bewoner wat aan heeft. Voorbeeld: als je de gemeente extra verdiepingen laat bouwen bovenop bestaande bouw, dan krijgen bewoners daar geld of voorzieningen voor terug. Ze kunnen zelf een straatreferendum organiseren om de gemeente daartoe aan te sporen. Zo buig je tegenstanders om tot medestanders die roepen: **Yes, In My BackYard!**

Lees meer over het [straatreferendum op De Correspondent](#)



VRIJDAG

12

SEPTEMBER

Nahuwelijk

Wat mij betreft is 'nahuwelijk' ook een magneetwoord. Als je relatie 'stuk' gaat, je huwelijk 'op de klippen' loopt, je 'uit elkaar' gaat, dan is er veel 'niet'. Het is niet meer. Jullie zijn niet langer een stel. Toch kun je nog steeds een goed nahuwelijk hebben. Het legt niet de nadruk op de breuk, maar op een **verandering van het contact**. Het doet je realiseren dat er ook een periode ná komt. En zeker als je samen kinderen hebt, is dat een belangrijk besef. Jullie blijven aan elkaar verbonden. Hoe willen we met elkaar om gaan? Ik herdoop hierbij de Dag van de Scheiding tot de Dag van het Nahuwelijk.



ZATERDAG

13

SEPTEMBER

Dag van het positief denken

Een vriendin zei: 'Ik ben niet zo van het positief denken.' Dat zette mij aan het denken. Waar komt het vandaan? Bij haar bleek de weerstand te zijn ontstaan toen ze geen kinderen bleek te kunnen krijgen. Mensen in haar omgeving hadden haar minder somber willen stemmen door te zeggen: 'Blijf positief'. Dat was een miskenning van haar verdriet en boosheid. 'Kijk naar wat je allemaal wél hebt en wat nog wél kan' ging daar totaal aan voorbij. Dat begrijp ik goed. Ze was aan het rouwen. Het wijst me er weer eens op hoe belangrijk het is om problemen en gevoelens te **erkennen**. Eerder heeft het geen enkele zin de blik te verruimen.



ZONDAG

14

SEPTEMBER

Zoethoudertje

In [Museum Voorlinden](#) visualiseert kunstenaar Simone Post haar ouderlijk huis, compleet met knuffels, stapelbed en haar moeders naaiatelier. Deze installatie, '**Sweet memories**', is helemaal opgebouwd uit schuimpjes, spekjes en snoepkettingen. Natuurlijk mag je daar niet aankomen. Hoe verleidelijk dat ook is.

Wanneer slikt de bezoeker dit verbod als zoete koek, moeten de tentoonstellers zich hebben afgevraagd. Wat besloten ze? Bij binnenkomst in de zaal krijgt iedereen een pastelkleurig spekje aangeboden. En ineens wordt het gemakkelijker om je aan de regels te houden. Zoals Sigrid van Iersel schrijft op LinkedIn: 'een klein gebaar met een groot psychologisch effect'. De weerstand smelt weg als een suikerklontje op je tong.



MAANDAG

15

SEPTEMBER

Dag van de democratie

Democratie is niet dat de wil van de meerderheid wint. **Wel** dat de meerderheid bij haar besluiten de belangen van de minderheid betreft.



DINSDAG

16

SEPTEMBER

Amsterdamse knipoog

In Amsterdam bouwt Sanquin aan een nieuwe bloedbank. Op de ruit hangt een grote poster met meerkeuzevakjes:

‘Amsterdammers, binnenkort kun je hier **doneren**:

☒ Bloed

☐ Zweet

☐ Tranen

☒ Plasma’



WOENSDAG

17

SEPTEMBER

Herstelwoordenboek

'Een warmere samenleving vraagt om nieuwe, zorgvuldig gekozen woorden. Daarom zoeken we woordvoerders van de toekomst — mensen die taal creatief inzetten om ons wereldbeeld te helpen kantelen. [Schrijf mee](#) aan het Herstelwoordenboek voor de economie!' Met deze tekst openen initiatiefnemers Daphne De Wit, Ilse Criel en Geert Degrande hun website. Wat staat er al in het woordenboek?

Bijvoorbeeld **Verwondernemer**. Betekenis: 'Iemand die zich verwondert over hoe het er vandaag aan toe gaat, die alleen of samen met anderen nieuwe dingen probeert om het anders of beter te doen, risico neemt, en onderweg af en toe iemand nodig heeft om bij te tanken of te spiegelen.' Of: werkgenegenheid, mensvaardigheid, of wroetafdruk. Wil je weten wat die woorden betekenen? Kijk op herstelwoordenboek.be.



DONDERDAG

18

SEPTEMBER

Amigo

Als ik het winkelcentrum uit loop, komt er net een man binnen met een fiets aan zijn hand. Achter mij hoor ik ineens: 'Amigo!' Als hij dichterbij is, zegt hij tegen de man: 'Wil je je fiets buiten laten staan?' De beheerder van het winkelcentrum dus. Die heeft het **begrepen**. Zo anders dan 'Hee jij. Er mogen hier geen fietsen naar binnen.'



VRIJDAG

19

SEPTEMBER

Opknappertjes

Bij het tuincentrum hebben ze een aparte plantenhoek met de tekst 'Plantenkneusjes, 40% korting'. Really? Hoe zouden we het ook kunnen zeggen, vroeg ik op Instagram. Ik bedacht zelf: BuitenBeentjes (zoals bij appels), PrijsjePlant, Planten voor mensen met **groene vingers** ;) En wat werd er verder geopperd? 'Tweedekansjes', 'Laatbloeiertjes', 'Inclusief groen' en 'Klusplantjes'. Waar zou jij voor gaan?



ZATERDAG

20

SEPTEMBER

One piece a day

Wat wil je wél als je 'tegen zwerfafval' bent? En hoe ziet het bijbehorende concrete gedrag eruit? Een relevante vraag op deze **World Clean Up** Day. Er zijn lang niet altijd grote campagnes nodig of landelijke opschoonacties. Verfrissend vind ik de actie 'One piece a day'. Raap iedere dag één stukje afval van straat op en gooi het in de dichtstbijzijnde vuilnisbak. Eén plastic zakje, één platgetrapt blikje, één dop van een bierflesje. Alles maakt verschil. Het geeft je een instant gevoel van voldoening, de stoep wordt schoner, de vogels kunnen zich dáár niet meer in verslikken. En wie weet inspireer je degene die het jou ziet doen!



ZONDAG

21

SEPTEMBER

MasterPeace

Zoveel geweld in de wereld, en politieke stilstand. 'Suddenly you realize you have an instrument to strike back. Not to get even, but to get equal', stelt MasterPeace, een organisatie die in meer dan 45 landen samen werkt aan vrede. 'Music above fighting.' Bekijk deze [betoverende video](#) – een meesterstuk van MasterPeace. De video is uit 2014, maar is op deze Dag van de Vrede in 2025 actueler dan ooit. Zoals John Lennon zingt: **'Imagine all the people** living life in peace!'



MAANDAG

22

SEPTEMBER

Empathieles

In Denemarken krijgen kinderen wekelijks empathieles. Van hun zesde tot hun zestiende. Eén uur per week oefenen in **luisteren**, je verplaatsen in de ander, niet meteen willen fixen of overtuigen, ruimte laten voor andermans waarheid. Wat levert het op? Het laagste pestpercentage ter wereld. En het hoogste percentage vriendelijkheid. Laat dat in deze Week tegen pesten eens goed tot je doordringen.

Uit: deze [post van Annemiek Dogan](#)



DINSDAG

23

SEPTEMBER

Heilige boontjes

Op deze Koffiedag schenk (haha!) ik graag aandacht aan Heilige Boontjes in Rotterdam. Het vroegere politiebureau is daar omgebouwd tot een koffiezaak waar jongeren werken die om welke reden dan ook hun rol in de maatschappij moeten (her)ontdekken. Rotterdammers met een randje. 'Niet omdat we heilig zijn, maar omdat we geloven dat iedereen een kans en een (h)**eerlijk bakkie** koffie verdient.'



WOENSDAG

24

SEPTEMBER

Herkaderen

Wat klinkt er door in wat mensen zeggen? Coaches leren naar absolute uitspraken en ‘vastdenkers’ te luisteren en proberen die uitspraken samen met de coachée te herkaderen. Stel, iemand zegt: ‘Ik zit helemaal klem’. Hoe kun je als coach diegene dan uitnodigen anders naar dezelfde feiten te kijken? Na enig doorvragen kun je erachter komen dat de coachée een lastige keuze moet maken, en dat de herkadering kan zijn: ‘Ik wil een keuze maken waar ik achter kan staan, ongeacht de uitkomst’. Dat geeft ruimte. Zo kun je een ‘mislukking’ herkaderen tot een ‘leerervaring’ worden, en kan een ‘verkeerde beslissing’ de **‘beste keuze van dat moment’** worden. Zoals coachtrainer Sergio van der Pluijm zegt: ‘En het mooie is: je hebt er alleen taal voor nodig.’

Lees meer in zijn blog: [de kracht van herkaderen voor coachende professionals](#)



DONDERDAG

25

SEPTEMBER

Kraanwaterdag

'In Londen stapten we onze kamer binnen bij Bob W, een hotelketen waar duurzaam en lokaal wordt gewerkt. Op het bureau stonden twee herbruikbare waterflessen met een kaartje: het kraanwater is veilig, vul de flessen gerust bij. Zo **easy** is het. Mensen aanzetten tot duurzaam gedrag. [...] We gingen dus een paar dagen op pad met kraanwater uit het hotel, scheelt een boel single used plastic. Lekker gewerkt Bob!'

Door: Wendy Oude Veldhuis op LinkedIn



VRIJDAG

26

SEPTEMBER

Positief leiderschap

Vandaag ga ik Simon Sinek horen spreken! Ik neem een voorschot op zijn quotes: 'A great leader doesn't only inspire us to have confidence in what THEY can do. A great leader inspires us to have confidence in what **WE can do.**'



ZATERDAG

27

SEPTEMBER

Burendag

De Nederlandse overheid wil huishoudens **weerbaarder** maken tegen ontwrichtende situaties: van natuurrampen tot oorlogsdreiging. Waartoe worden we opgeroepen? Haal een noodpakket in huis.

Natuurlijk is het goed als we een paar dagen kunnen doorbrengen zonder gas en elektra. Dus als we drinkwater op voorraad hebben, plus lang houdbare etenswaren, dekens en een radio op batterijen. Wat mij betreft onderstreept deze gevraagde actie alleen de individualistische benadering van de overheid. Ieder moet voor zichzelf zorgen, zichzelf kunnen redden. Vandaag staat in het teken van het collectief: ken uw buren, ontmoet ze en weet je deel van een groter geheel in de straat en wijk. Zijn we samen niet weerbaarder dan alleen?



ZONDAG

28

SEPTEMBER

Zeg nee tegen vaper

Dit is de nieuwe slogan van de campagne tegen vaper. Ouders worden erin opgeroepen stelling te nemen: wij zijn tegen vaper. Je raakt eraan verslaafd, het is gif in je lijf en het is slecht voor de ontwikkeling van je hersenen. Omdat vaper een relatief nieuw verschijnsel is, denk ik dat het zinvol is dat de campagne argumenten aanhaalt die ze aan hun kinderen kunnen overbrengen. Bovendien is 'Zeg nee tegen vaper' ook een duidelijke en concrete actie. Wat ik wel zat te denken: je kunt nog iets met de V van vaper: vaper is Verslavend, Vergiftigend en Versturend voor je brein. 'Ouders, **voer het V-gesprek**' zou ik daarom ook een goede slogan vinden. Wat denken jullie?



MAANDAG

29

SEPTEMBER

Doortrappen

In deze Valpreventieweek aandacht voor 'Doortrappen'. Het ministerie van Infrastructuur en Waterstaat heeft dit programma samen met veel andere partijen opgezet, om 'Veilig fietsen tot je 100^e' te bevorderen. Gelukkig heet het programma niet 'Fietsongelukken' of 'Onveiligheid bij senioren op de fiets'. En ze werken dat heel praktisch uit. Met bijvoorbeeld Doortraproutes, routes van 20-25 km door het groen met ruime fietspaden. En met **FietsFit**-oefeningen om 10 minuten per dag te doen.



DINSDAG

30

SEPTEMBER

Leiders en lijders

Vandaag zijn de magneetwoorden op een conferentie van schoolleiders. Eén van hun dossiers is het terugdringen van ziekteverzuim. Als je optreedt tegen ziekteverzuim, waar ben je dan vóór? Als dat 'draagkracht' is of 'een goede conditie', dan zoek je de oplossing bij de docenten. Denk je aan 'rek in het rooster' of 'waardering', dan ligt de verantwoordelijkheid bij de schoolleiding. En als je 'een **gezonde school**' als tegenhanger ziet, dan spreek je de hele omgeving aan. (Maar waarop precies?) Ik ben benieuwd waar ze mee komen! Cliffhanger ;)

Heb je ook een goede omkering naar positieve taal? Mail jeanine@magneetwoorden.nl En wil je dat ik meedenk over een casus op je werk of jullie de technieken bijbreng tijdens een workshop of lezing? Je vindt de mogelijkheden op magneetwoorden.nl

Waarom en hoe magneetwoorden werken? Je leest het in het boek 'Magneetwoorden; ontdek de aantrekkingskracht van positieve taal' van Jeanine Mies (Haystack, 2024).

