



## Een stukje van ons ecologisch verhaal

Zeven jaar geleden trokken wij als Vlamingen net voorbij de taalgrens en kochten daar een oude boerderij met een groot stuk grond (1ha).

Van voorafaan was het overduidelijk dat alles rond eco zou draaien.

Trouw aan onze manier van in 't leven staan.

Onze voorgeschiedenis gaf ons daar al vanalles in mee:

Tinne, als dochter van de bioshop in Wilrijk, kreeg haar bio met de soeplepel binnen en kreeg er godzijdank toch geen afkeer van. Integendeel. Ze stond jaar en dag mee in de winkel van haar ouders en de kennis van massa's bio-food is haar eigen.

Koken op maat van verschillende diëten (glutenvrij, suikervrij, zoutarm, vetarm, veganistisch, Montignac) is voor haar 'piece of cake'.

Lief, veel liefde voor de natuur en het liefdevol boeren opgesnoven van kleinsafaan, dook de biowereld in door een eigen biotuin aan te leggen, jaar en dag lid te zijn van Velt, mee te pionieren bij de oprichting van de bioboerenmarkt te Heist-op-den-Berg en af te studeren in de tweede lichting van Landwijzer (opleiding bio-dynamische landbouw) in februari 2000.

Een groot verlangen naar meer grond om voor te zorgen, een grote nieuwsgierigheid en voeling voor de intuïtieve kant van het ecologisch tuinieren werd hier opgewekt.

Een jaar de eco-therapie opleiding van Hans Andeweg gevolgd in Nederland (oa bekend van zijn boek *In resonantie met de natuur*) en daar verdieping gevonden in krachten van de natuur en eigen energetisch helende capaciteiten.

Reizend in Zuid-Spanje dermate geboeid geraakt in permacultuur-projecten en nadien in België een tijdlang daarin voeding gevonden in Yggdrasil te Vissenaken. En vaak in

Marokko ook een heerlijke voedingsbodem gevonden :

zo simpel hoe mensen in bergdorpen er totaal in resonantie bouwen en leven met wat er daar gewoon voorhanden is.

Bertrée.

Hier wonen we nu: op een krachtige natuurlijke plek in Waals Haspengouw,  
in een regio van rijke leemgrond.

Ons huis volledig (grotendeels zelf!) ecologisch gerenoveerd, met veel respect  
voor de plek en de omgeving, met helende handen...

Een huis vol warmte, met stro-lemen muren, kurk-isolatie, een dak met isofloc  
geïsoleerd en celit-panels als onderdak, houtbehandeling met lijnolie,  
keukenmateriaal van zero-formaldehyde mdf, handgebakken tegels Marokkaanse  
zeliges, 'n condensatiegaswandketel met aangenaam warmende gietijzeren chauffages  
en vloerverwarming, superisolerend glas in de ramen, regenwaterputten, kalk en andere  
natuurlijke verven, EM producten. Ingericht met natuurlijke meubels, kringloop en  
recyclagematerialen en ga zo maar door.\*

Een huis energetisch gebalanceerd en daardoor veel rust uitstralend.



BED & BREAKFAST  
ECOLOGISCH VERBOUWEN

IN MOTION

Een tuin die zijn eigen weg mag gaan, de natuur volgend,  
naar het ritme van de seizoenen.

In onze wei een oeroud ras van Soay-schapen dat erg op zichzelf is, sierlijke sprongen  
maakt en graast van gras, netels en kreupelhout(en vaak ingezet wordt binnen  
natuurbeheer-projecten). Dieren met karakter, waarmee je ontroerend mooi  
oogcontact maakt, alsof je even in hun ziel mag kijken.

Een handvol kippen en katten die hier ook hun plek hebben gevonden.

Een moestuin, mengelmoes van permacultuur, bio-dynamische landbouw,  
intuïtief energetisch ontwikkelen....

Een hoogstamboomgaard pas enkele jaren in opbouw, met oude variëteiten  
en omringd met mierikswortel.

Wij die graag met onze handen in de aarde zitten.

En onze heerlijke oogst bovendien verwerken tot lekkernij.



BED & BREAKFAST  
ECOLOGISCH VERBOUWEN

Graag delen we onze plek met mensen die op zoek zijn naar verbinding met de natuur, dichtbij zichzelf, en daardoor evident duurzaam toerisme hoog in hun vaandel dragen .

Of met hen die op zoek zijn en graag impulsen krijgen.

We heten niet voor niets 'In Motion' .



Bio of eco en veggie niet als hype, maar al jaar en dag onze leefwijze. In alle eenvoud.

Tinne Van Goidsenhoven, Lief Verhaegen en onze 2 kindjes Floor en Roos

Gelezen in ons gastenboek:

April 2011 *Gabriela Flores*



27 juli 2009 **Dominique en An** (leeftijd 18-25)

"We hebben B&B in motion aangedaan als tussenstop tijdens onze trektocht op de GR564. Omdat we ook begaan zijn met de ecologie op deze aarbol, trok de B&B ons aan. Die voldeed goed aan onze verwachtingen. De goede babbel en het lekkere eten waren top! Wij gaan zeker terug om nog eens goed te genieten van de rust, het eten en een gezellige babbel met de gastvrouwen!"

27 juli 2009 **Walter Crauwels** (leeftijd 35-44)

"Ons verblijf bij de Bed and Breakfast 'In Motion' was kort maar uitermate aangenaam. Al van bij de warme ontvangst kregen we het gevoel een andere wereld binnen te stappen. Van de drukte van de Antwerpse rand naar het charmante en rustige buitenleven. De 'setting' sprak ons direkt aan en de kamer was sober maar mooi ingericht met al het nodige comfort. Het enige minpuntje voor mij (1.83 m) was het lage plafond aan bad/douche op de kleine zolderkamer. Doenbaar maar een beetje zoeken. Verder mooi en vernuftig afgewerkt en een droom van een bed/matras. Het avondmaal, 3 gangen, was een (h)eerlijke bio-vegetarische tractatie en het ontbijt moets daar niet voor onder doen. Het contact met de uitbaatsters verliep perfect, je voelt je echt welkom. De omgeving nodigt uit tot wandelen en/of fietsen en 'In Motion' lijkt ons een perfecte uitvalsbasis voor uitstapjes in de buurt. Net voor we vertrokken hebben we even de gîte mogen bekijken en dat was zo 'wauw' dat we er zeker nog een keertje zullen naar toe trekken, met de kleine bengel dan. Zoals je al wel doorhad: wat ons betreft een absolute aanrader!! "   
Walter en Jenny

\* een iets vollediger lijst met ecologische renovatieaspecten:

|                                                                                                 |    |  |                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| -Installatie voor hoogrendementsenergie/<br>Equipement à haut rendement énergétique             | ja |  | Gaswandketel Atag<br>blauwe engel, type<br>voor werking met<br>zonneboiler                                                                                                     |
| -Electriciteit via hernieuwbare<br>energiebron/ Electricité issue des énergies<br>renouvelables | ja |  | Groene stroom van<br>essent                                                                                                                                                    |
| -Thermische isolatie/Isolation thermique                                                        | ja |  | Isofloc 25cm in<br>daken, celit onderdak,<br>proclima bouwpapier<br><br>Kurk 5cm tand en<br>groef aan<br>buitenmuren<br><br>Rotswol/glaswol<br>combinatie in valse<br>plafonds |

|                                                                                                                     |    |          |                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                     |    |          | Isolatie tussen gipswanden: homatherm                                                                                                                                             |
|                                                                                                                     |    |          | Foamglass vloerisolatie                                                                                                                                                           |
| -Automatische energieuitschakelaars (licht, verwarming..) Système de minuterie (lumière, chauffage..)               | ja |          | Thermostaat (met buitenvoeler) voor exacte regeling/timing warmte chauf                                                                                                           |
| -Energie door zonnepanelen/ Utilisation d'énergie solaire                                                           |    | Nog niet | Toekomstplannen<br>Alle voorzieningen liggen klaar                                                                                                                                |
| <b>2. WATER/EAU</b>                                                                                                 |    |          |                                                                                                                                                                                   |
| -Systeem voor economisch verbruik voor kranen en douches / Systèmes économiseurs d'eau pour les robinets et douches | ja |          | Spaardouchekoppen<br>Systeem doorstromer gas : automatisch verplicht met klein debiet warm water te nemen                                                                         |
| -Nuttig gebruik van afvalwater/Traitement approprié des eaux usées                                                  |    | neen     | Verplichte aansluiting op het gemeentelijke rioleringsnetwerk                                                                                                                     |
| -Nuttig gebruik van regenwater/Utilisation des eaux de pluie                                                        | ja |          | 2 putten van 10000l                                                                                                                                                               |
| <b>3. GROENE AANKOPEN/ACHATS VERTS</b>                                                                              |    |          |                                                                                                                                                                                   |
| -Energiebeperkende toestellen/Equipements efficaces en energie                                                      | ja |          | Sowieso weinig elektrische toestellen, bv. we snijden het brood met n broodmes<br>Kleine diepvriesA+<br>Koelkast A++<br>Zoveel mogelijk bewaring in kelder<br>Of buiten bij koude |
| -Eco-producten/Produits éco-labillés                                                                                | ja |          | Uitsluitend bio voor onszelf en voor gasten                                                                                                                                       |
| -Vermijden van wegwerpverpakkingen/Eviter les emballages jetables                                                   | ja |          | Bv. we bakken ons brood zelf en gebruiken grootverpakkingen 5kg, of waspoeder/verzachter in bulk enz                                                                              |

| <b>4. INRICHTING/AMENAGEMENT</b>                                                              |    |  |                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| -Gebruik van eco-verf en vernis/Peinture, vernis éco-labelisés                                | ja |  | Uitsluitend ecoverf:<br>Kalk-caseineverf (wolf jordan) ,<br>aquamarijn muurverf,<br>lijnolie met citrusolie (w. jordan) voor<br>behandeling<br>vloeren/balken                                                      |
| -Onderhoud op basis van ecoproducten/Entretien avec détergents eco-labelisés                  | ja |  | Uitsluitend eco<br>Oa Sonett, ecover                                                                                                                                                                               |
| -Biomatrassen/Matelas bio                                                                     | Ja |  | Bio natuurlijke latex<br>en ergonomische<br>lattenbodem van het<br>merk greensleep                                                                                                                                 |
| -Bioklimatische architectuur/architecture bioclimatique                                       | Ja |  | Veelal met stroleem<br>bezetting en fsc-hout<br><br>Onverwarmde<br>veranda: in winter<br>koudebuffer, in<br>tussenseizoen &<br>zomer aangename<br>plek om zijn<br><br>Vloerverwarming<br>muurverwarming            |
| -Maaltijden op basis van plaatselijke bioproducten/ Nourriture d'origine locale et biologique | ja |  | Uitsluitend bio<br>(groenten, fruit,<br>kleinfruit uit eigen<br>tuin) eigen confituur,<br>moes ed, aanvulling<br>producten van<br>bioboeren in de<br>buurt/biowinkel<br>bio vital Hannut                           |
| <b>5. INFORMATIE AAN GASTEN<br/>OVER/INFOS POUR LES HOTES<br/>SUR</b>                         |    |  |                                                                                                                                                                                                                    |
| -Het openbaar vervoer/les moyens de transport public                                          | Ja |  | Gemakkelijk<br>bereikbare locatie met<br>openbaar vervoer:<br>spoorlijn bxl-luik<br>(station landen), bus<br>127a afstap bertree<br>village (vermeld in<br>bijlage<br>'wegbeschrijving' in<br>bevestigingsmail van |

|                                                                                                                                                                                      |    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                      |    |  | een reservatie)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| -Sorteren en beperken van afval/ Eviter et trier les déchets                                                                                                                         | Ja |  | Belangrijk aandachtspunt, Compost in eigen tuin, glas, pmd, papier/karton (vermeld in bijlage 'praktische info' in bevestigingsmail van een reservatie)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| -Manieren om gebruik van energie en water te beperken/Les moyens d'économiser de l'eau et l'énergie                                                                                  | Ja |  | Zie voordien: geen boilers maar gasdoorstomer, je bent verplicht je debiet aan te passen Toiletten met economische knop                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>6.AFVAL/DECHETS</b>                                                                                                                                                               |    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| -Sorteren van afval/Tri des déchets                                                                                                                                                  | Ja |  | Zie sorteren en beperken van afval bij hoofding informatie gasten                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>7. ANDERE/AUTRES</b>                                                                                                                                                              |    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| een heleboel zaken die voor ons vanzelfsprekend zijn, maar vermoedelijk niet zomaar voor iedereen, daarom vermelden we een aantal heel concrete zaken die onze leefwijze illustreren |    |  | <p>Veel gebruik van fsc-hout in de afwerking, houten ramen, houten vloeren, cederhouten bescherming van regenkanalen buitengevels, zero-formaldehyde inmaakkasten</p> <p>Spaarlampen<br/>Gietijzeren<br/>chauffages met stralingswarmte<br/>Vloerverwarming<br/>Houtkachel voor verwerking<br/>verbouwingshout, eigen hout uit kaphout (wilg)</p> <p>Wijzelf leven met de seizoenen: bioritme dat meegaat met donker-licht: bespaart veel energie</p> <p>Keuze voor slechts 1</p> |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  | <p>auto voor gezin van 4<br/>&amp; Bed-breakfast</p> <p>Ecologisch leven ten<br/>voeten uit:<br/>Eigen moestuin,<br/>gebruik van<br/>ecologische<br/>producten voor<br/>douche/bad, geen<br/>gebruik van<br/>synthetische<br/>materialen (in eigen<br/>kledij/inrichting)</p> <p>Inrichting sober en in<br/>resonantie met de<br/>natuur:<br/>Veel gebruik van<br/>recuperatiematerialen,<br/>houten meubels,<br/>tweedehandsspullen</p> <p>Energetisch:<br/>Bewust geen tv- en<br/>kabel distributie, eigen<br/>gsm staat nauwelijks<br/>aan, geen draadloos<br/>internet, maar via<br/>telefoonlijn adsl-light,<br/>Geen draagbare<br/>telefoons</p> <p>Drogen van de was<br/>zoveel mogelijk door<br/>gebruik van de wind</p> |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|