

# tijd

11.12.18.2014

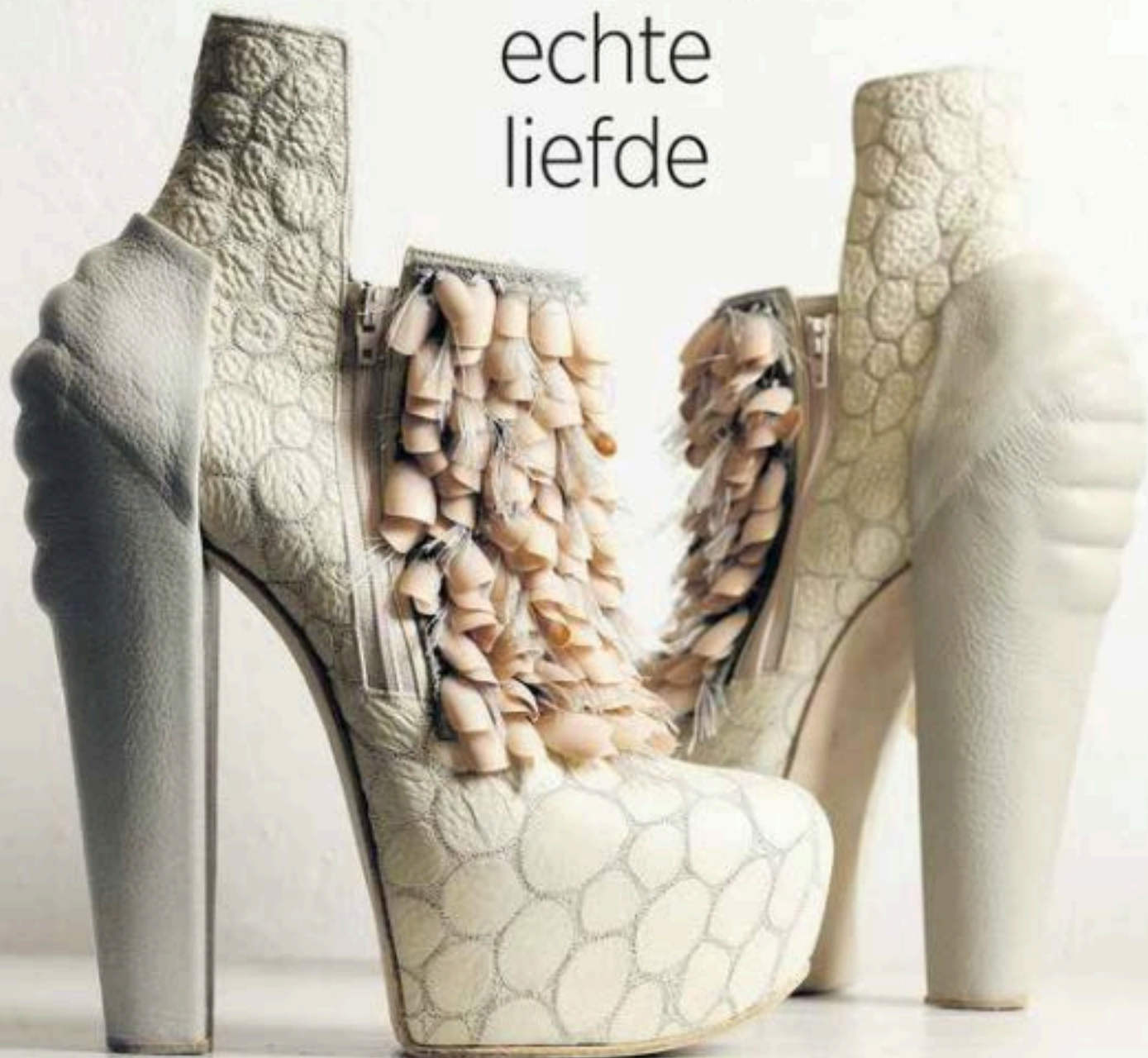
## MODESPECIAL

NEDERLANDSE  
SCHOENMAKERS  
EN HUN LEEST

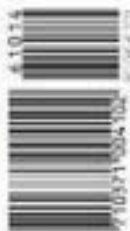
•  
STIJN FENS LAAT  
ZICH SCHOENEN  
AANMETEN IN ROME

•  
SEKS EN  
SCHOENEN IN DE  
KUNSTHAL

Hoge  
hakken,  
echte  
liefde







**Nadine Broersen bezorgt Nederland na 25 jaar weer goud bij WK indooratletiek**  
SPORT 24

**Reizen doe je maar thuis**

Boekenweek  
LETTER & GEEST

**Bij ons op de Krim**

VANDAAG 6/7

**Hoge hakken, echte liefde**

Modespecial  
TUD

# Fiasco dreigt voor nucleaire top

De Russische president Poetin komt niet. Wat valt er nog af te spreken zonder de tweede kernmacht ter wereld?

**Ghassan Dahhan**  
REDACTIE BUITENLAND

Het nucleaire topberaad in Den Haag eind deze maand dreigt te mislukken. Terwijl de voorbereidingen in volle gang zijn – het luchtruim zal streng worden bewaakt, terwijl 13.000 politieagenten voor de veiligheid op de grond zagen – moet de top het waarschijnlijk stellen zonder de Russische bondsvoorzitter Vladimir Poetin.

Premier Mark Rutte zei gisteren tijdens zijn wekelijkse persconferentie na de ministerraadvergadering dat de Russische president hem "vorig jaar en opnieuw in februari" heeft laten weten "dat er een grote kans is dat hij niet kan". Het is opmerkelijk dat Rutte dat gisteren pas vertelde, en niet vorig jaar.

Het wegblijven van Poetin is ongevoel, want niet eerder zegde een Russisch staatsvoofd een nucleaire top af. Energiespecialist en Ruslanddeskundige Sjoeren de Jong van het Haagse Centrum voor Strategische Studies (HCSS) gelooft dan ook niet

dat de volle agenda van Poetin de oorzaak is van zijn mogelijke afwezigheid.

Alles is anders door de crisis rond Oekraïne en de Krim, aldus De Jong. "Poetin had aanvankelijk alle redenen om op de top te verschijnen. Hij zou dan de wereld de les lezen over veiligheid. Maar als hij nu komt, zal alles waarschijnlijk gaan over Oekraïne. En daar heeft Poetin geen zin in."

Het doel van de internationale top – de grootste die ooit in Nederland is gehouden – is het voor-

komen dat "terroristen" een nucleaire bom in handen krijgen.

Het initiatief voor de nucleaire top kwam van de Amerikaanse president Barack Obama, die in een speech in 2009 nucleair terrorisme de "grootste bedreiging" noemde voor de internationale veiligheid. Sindsdien geldt de top, die reeds twee keer is gehouden, als een van de meest prestigieuze topconferenties ter wereld.

Aan de conferentie in Den Haag doen 58 landen mee. Doorgaans worden de landen vertegenwoordigd

door hun regeringsleiders.

De Amerikaanse hoogleraar veiligheidsstudies Stephen Van Evera van het Massachusetts Institute of Technology (MIT) maakt zich grote zorgen over de afwezigheid van de Russische president. "Zonder Poetin stelt de top weinig voor", stelt hij. "Dit is een grote zegen voor terroristen, voor Al-Qaida en alle landen die zich inzetten voor de verspreiding van kernwapens".

**VANDAAG 315/67:** Meer risico's over de top en de Oekraïne-crisis

De wereld is Kras

Vandaag t/m 11 maart

Tot €100 korting p.p.

**Kras Kortingsdagen**

Korting op alle reizen met vertrek t/m oktober 2014

Kras.nl/kortingsdagen of bel 0900-9697

## Vijftig jaar de pil, maar in de slaapkamer regeert de man

**Iris Prank**

Vijftig jaar na de introductie van de anticonceptiepil is de Nederlandse vrouw nog altijd niet seksueel emancipeerd. In de gemiddelde Nederlandse slaapkamer wordt geveerd volgens 'het mannelijke script', zegt arts-seksuoloog Erik van IJnsen van het Academisch Medisch Centrum Amsterdam. 'Toop erin eruit eraf', zo vat hij dit samen.

Vrouwen laten hun eigen voorkeuren voor leuke seks volgen hem nog altijd te weinig blijken. Doordat mannen hun wensen niet vanzelf aanvoelen – er zijn veel slechte minnaars – heeft zij het veel minder vaak leuk in bed dan hij. Van de jonge vrouwen heeft 57 procent geregeld pijn bij het vrijen gedurende het eerste decennium van hun

seksuele leven. Twintig procent van hen heeft dat altijd. Voor 11 procent van alle vrouwen blijft seks pijnlijk. Minder dan de helft van alle vrouwen komt (bijna) altijd klaar bij het vrijen, bij mannen is dat 95 procent.

"Van het seksleven van de gemiddelde vrouw word je niet blij", zegt Marleen Janssen, schrijfster van het recent verschenen boek 'Alleen voor vrouwen. Het geheim van het vallei-orgasme'. "Vrouwen zeggen letterlijk tegen me: ik ben seksueel dood."

Ook volgens documentairemaakster Sunny Bergman, ('Sletvrees' en 'The Sunny Side of Sex') vormen seksueel geïmancipeerde vrouwen een minderheid. "Misschien een op de vijf, of een op de tien van de vrouwen die ik interviewde?"

**DE VERDIEPING 213** Meer risico's

**Nominatie Libris Literatuurprijs 2014**

**Jeroen Theunissen**  
De omwegen

"Theunissen ambite en literaire leeuwens kennen de weg naar dit weergalende boek." - De Persgroep

De Strijde Bij Antwerpen

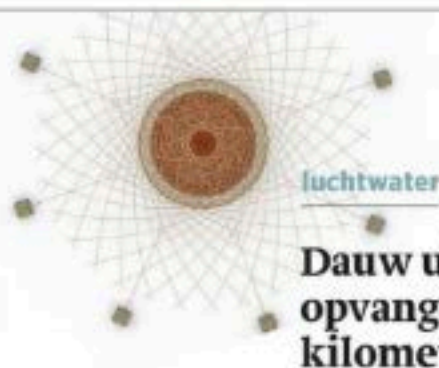
**NOMINATIES Libris Literatuurprijs 2014 Gouden Boekenlijst 2014**

**Stefan Hertmans**  
OORLOG EN TERPENTIJN

"Een onderdompeld oorlog." - NRC (Nederland)



eureka!



luchtwater

# Dikke, dunne of halve zool?

Zoek eerst uit wat voor hardloper je bent

Brooks  
Transcend



Nike  
Hyperfeel



Adidas  
Springblade



Vasque  
Ultra SST



Je hebt mooie schoenen ... en hardloepschoenen. Fraai zijn ze doogaans niet, soms wel erg opvallend. De opzienbarende hardloepschoen wordt momenteel gemaakt door Adidas. De *Springblade* heeft geen normale zool, meer een die bestaat uit brede veren. Van de zijkant lijkt het of er een visgraat onder de schoen is geplakt. Wie op zoek is naar nieuwe hardloepschoenen komt al snel dit soort bijzondere exemplaren tegen. Het schoeisel ziet er *hightech* uit en belooft veel comfort en snelheid. Je veert over straat.

Andere schoenfabrikanten haken hierop in. Neem de *Vasque Ultra SST* of de *Brooks Transcend*. Ook deze schoenen hebben dikke zolen. "Met name langeafstandslopers, die zestig tot tachtig kilometer lopen, zijn daar vaak enthousiast over", zegt fanatieke hardloper/bewegingswetenschapper Evert Verhagen (VU Medisch Centrum).

Maar of een extreem dikke zool daadwerkelijk meer comfort biedt is maar zeer de vraag. "In wetenschappelijk onderzoek is nog niet naar voren gekomen dat dit een positief effect heeft."

Datzelfde geldt voor de tegenovergestelde trend bij hardloepschoenen: minimalistisch schoeisel, waardoor het bijna is alsof je blootvoets loopt. Zoals de *Nike Hyperfeel*, een schoen

die als een sok aanvoelt en een zeer dunne buitenzool heeft. Ook de al wat oudere *Vibram five-fingers* valt op, die als een handschoen om de voet zit. Steeds meer van dit soort schoeisel verscheen de afgelopen jaren op de markt.

Welke schoen het beste bij een hardloper past, hangt af van hoe iemand loopt. "Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat mensen niet hun manier van hardlopen aanpassen. Er zijn grofweg drie verschillende manieren van rennen. De eerste groep komt vooral op de hak terecht, de tweede groep op het middelste deel van de voet en de laatste op de voorvoet."

De eerste groep heeft behoefte aan demping. Iedere stap geeft een flinke dreun op het gestel. "En dat is het meest zo bij wie voortdurend op de hiel terecht komt. Een normale schoen zorgt voor minder doorbelasting." Wie vooral op midden- of voorvoet rent, kiest het beste voor een minimalistische schoen.

Zoek dus eerst uit wat voor looper je bent, benadrukt Verhagen. "Wie net hardloopt, kan het beste schoeisel met een gewone zool kopen. Beginners rennen niet zo hard, waardoor ze vaak op de hiel landen. Wie meer vaart maakt, loopt meer op de voorvoet."

ROBERT VISSCHER

## Dauw uit de lucht opvangen scheelt kilometers lopen

Toen Arturo Vittori een paar jaar geleden in Ethiopië was, zag hij hoe vrouwen en kinderen kilometers ver moesten lopen om water te verzamelen. "Het kostte ze zoveel tijd. Ik vroeg me direct af of dat niet eenvoudiger kon", zegt de Italiaanse architect. Met zijn architectenbureau *Architecture and Vision* bedacht hij een oplossing: *Warka Water*. Aan een negen meter hoge constructie van bamboe hangt een net van nylon. "Dat vangt dauw op. Zodra de druppeltjes groot genoeg zijn vallen ze naar beneden in een pot. We halen op die manier water uit de lucht. Na een nacht is er genoeg water voor twee families." Het systeem is niet duur. "We wilden het zo toegankelijk en eenvoudig mogelijk maken. Drie mensen zetten het in elkaar en het materiaal is goedkoop."

Er is een prototype gemaakt en later dit jaar wil Vittori twee exemplaren in Ethiopië neerzetten. De watertoren is vernoemd naar een vijgenboom. "In de schaduw van die boom verzamelen dorpsbewoners zich voor vergaderingen. De kinderen krijgen er les. Ik hoop dat onze vinding net zo'n verbindend effect heeft. En dat het vrouwen en kinderen zoveel tijd scheelt, dat ze wat anders kunnen doen."

[Architectureandvision.com](http://Architectureandvision.com)

ROBERT VISSCHER

