



Zomersproetjes - 2009

Uitgave van de Vereniging Vrienden van Het Bewaarde Land

Lieve Lezers,

Met veel plezier hebben alweer vele kinderen mogen genieten van hun ervaringen met de wachters in de natuur. Zowel in het Gooi, in de Brabantse vestigingen en in Meijndel zijn de eerste series afgerond. De foto op de voorpagina toont één van de kinderen, die in Meijndel bezig is het Bewaarde Land na te bouwen. Met takjes en mos maakt hij onze tent.

- In het Gooi zijn de series vóór de grote vakantie volgeboekt, terwijl na de grote vakantie, met de financiële hulp van de Vrienden van het Bewaarde Land, 100 kinderen hun eerste ervaringen kunnen gaan opdoen.
- In Brabant gaat het zo goed, dat daar behoefte bestaat aan meerdere vestigingen. Zie elders in dit nummer de plannen voor uitbreiding.
- In Meijndel zijn de series met 21 stuks volledig volgeboekt. Ook hier is behoefte aan uitbreiding, mogelijk met Duinwaterbedrijf Zuid Holland in het Panbos bij Katwijk en in Solleveldt in het Westland.

De Vereniging Vrienden van het Bewaarde Land telt landelijk ruim 200 leden. Zo'n 100 in de regio Leiden en 100 in de regio het Gooi en enkele verspreid over de rest van het land. Uitbreiding is uiteraard welkom. Met een sterke achterban kunnen we financiële ondersteuning blijven geven, daar waar nodig.

We hebben inmiddels een winterwandeling voor de vrienden achter de rug, en de zomeravondwandeling staat er aan te komen. Hierover meer in dit nummer. Leden waarvan we het e-mailadres hebben krijgen bovendien een uitnodiging per e-mail.

Henk / Visarend

Aan dit nummer werkten mee :

Gerrit Jan de Bruijn, Henk van Haastregt, Inger Lansen, Agnes Meijs, Boris van Oirschot, Mari Verstegen en Aad de Vette

Jouw eigen bijdrage :

Heb je een leuk verhaal, foto of gedicht uit Het Bewaarde Land? Stuur het naar vrienden.bewaarde.land@planet.nl

Het **Praatstokje** is een uitgave van de Vereniging Vrienden van Het Bewaarde Land, Clara Visserplaats 1, 2331 BN te Leiden.

Word jeugdlid door € 7,50 over te maken op giro 4868724. Volwassenen betalen € 17,50. Stuur je adresgegevens naar vrienden.bewaarde.land@planet.nl

Prehistorisch Paaskamp Haps

Haps is een klein nagebouwd prehistorisch dorpje op de Veluwe. Alle vrienden van het Bewaarde Land waren uitgenodigd om hier in het Paasweekend 2009 te komen logeren. Agnes Meijs, alias clanoudste van Haps, doet een verslag.

"Dit jaar hadden we een heerlijke zachte Pasen met veel zonneschijn en uitkomende bomen! Er waren weer volop deelnemers (zo'n 55-60) aan het Hapskamp, in een grote variatie van leeftijden, van het baby'tje van Ity tot de oudste, maar ik zou niet weten wie dat was! Er waren een aantal vaste bekende gezichten die het kamp hielpen meedraaien zodat alles lekker



vlot verliep, inclusief het koken en afwassen. Ook waren er een aantal nieuwe gezichten, en zo te horen, hebben ze van de sfeer, de activiteiten en de omgeving genoten. En niet te vergeten van de heerlijke Herman-cakes en kruidenwijnen van Marijke!



Wat we zoal deden: traditioneel brood bakken (de broden waren wel wat te lang in de oven geweest, maar nadat de korsten eraf waren gezaagd, was het heerlijk smullen), schapen uitlaten, vuurtje stoken, koken boven het houtvuur, kikkers en salamanders kijken in de nachtelijke poel, zingen, appels roosteren, paaseieren zoeken en paasontbijt, wandelen, slapen in de

boerderij, rondhangen, verstoppertje spelen, survival hutjes bouwen (Linde en Ylene hebben hierin echt overnacht!) etc.. We hadden ook gezorgd voor wat nieuwe workshops: Jack liet verschillende manieren van vuur maken zien, Roel liet ons allen meditatief touw draaien van vezels en naalden snijden uit bot. Jaco, de jonge smid, genas zijn gammele ingewanden met wat homeopathische pilletjes en heeft het hele weekend mensen mooie ijzeren messen laten smeden. Gerda was druk in de weer met vilten, kruiden en allerlei textielwerken. Britt was hieraan ook verslingerd en sleepte een aantal meiden

mee. Claudia had een heus koperen distilleerapparaat meegenomen en maakte hydrolaat van salie wat heerlijk geurde. De kids konden daarbij meehelpen vuur op temperatuur houden, water verversen en flesjes volgieten.

De laatste dag gingen we nog wat leuke Bewaarde Land dingen doen met de kids, zoals de blinde rupsenloop. Wat was het heerlijk zo'n uitgebreide Bewaarde Land-familie bezig te zien. Leiden was goed vertegenwoordigd, evenals Baarn, en zelfs uit het verre Brabant waren ze gekomen. Ieder jaar komen er wel wat speciale gasten, zoals dit keer Ity Busstra van de Kleine Tuinman. Wie weet krijg jij zin en kom je volgend jaar ook!

Agnes / Zwarte Specht

Bericht uit Baarn

In Baarn draaien we nu voor het derde jaar zonder coördinator geheel op vrijwillige basis. Zo'n 10 vaste schoolklassen uit de regio genieten dus ieder jaar weer van Het Bewaarde Land. Daar zijn we best trots op!

Naast de basisscholen werken we alweer voor het 2e jaar ook samen met het Baarnsch Lyceum. In het kader van hun maatschappelijke stage krijgen de middelbare scholieren eerst een natuurbelevingstraining. De dag erna verzorgen ze een natuurbelevingsprogramma voor een klas van hun oude school. Uiteraard lopen onze ervaren wachters mee om kwaliteit en veiligheid te waarborgen.

Helaas lukt het ons niet altijd om de wandelingen voor de Vrienden van Het Bewaarde Land te verzorgen. We hopen dat jullie ons desondanks blijven steunen, want mede dankzij jullie steun kunnen wij de kinderen uit de regio Baarn vertrouwd blijven maken met de natuur om ons heen.

En dat doen we nog steeds met veel plezier!

Met hartelijke groeten namens Team Baarn,
Boris / Boomkikker

Ervaringen van een wachter

Het is donderdagochtend half acht als ik naar Meijendel vertrek voor een dagje wachteren.

Op de Meijendelse weg bij het veldje tegenover de Meijenhof blijf ik stilstaan om te kijken naar vijf reeën die daar staan te knabbelen aan de

kardinaalsmuts. Een vredig gevoel doorstroomt me. Wie ben ik dat ik vandaag weer zo'n prachtige dag mag beleven? Het begint dus goed.

Om acht uur beginnen we alles in gereedheid te brengen. Tent open, toegangsbord ophangen, plankjes neerleggen en een tafel buiten zetten met krukken. Vrouwtje Fleur is inmiddels bezig met het zetten van koffie en thee. T-shirts klaarleggen.

Vandaag krijgen we extra bezoek van twee coördinatoren uit het Brabantse. Zij willen graag eens kijken hoe het bij ons gaat en vooral hoe ons terrein eruitziet. Half negen, lekker koffie en thee met uiteraard huisontbijtkoek a la Dolfijn. De eerste vijf minuten brengen we in stilte door om te genieten van het fantastische concert dat de vogels in ons gebied ons geven. Wat een schoonheid, kon het maar overal zo vredig zijn.

Vijf voor negen gaat vrouwtje Fleur naar de parkeerplaats om de kinderen op te halen. Wij bespreken inmiddels hoe we de dag indelen en met wie onze gasten meegaan. Ik krijg ook een dame toegewezen en spreek af een iets afwijkend programma te draaien, zodat ik zoveel mogelijk leuke spellen kan spelen en tegelijkertijd een behoorlijk stuk van ons Bewaarde Land aan haar kan laten zien.

Wij vertrekken in onze capes en met onze rugzakken en instrumenten naar onze element-locaties in het bos. Vandaag ben ik wachter van aarde. Ook op de aardeplek horen we de merel en de nachtegaal het hoogste lied fluiten.

Zachtjes leg ik mijn gast uit wat we gaan doen en laat haar de aardeplek zien. Om half tien horen we de kinderen aankomen. We verstoppen ons en laten de trommel roffelen. We horen het kraken van dooie takken en de kinderen roepen: "Daar zit ie". Even later is hele groep bij me en wordt er luidkeels "koekoek" geroepen. Dit om de onderwijzeres en vrouwtje Fleur te laten weten dat de wachter gevonden is.

Als je dan opkijkt en acht paar verwachtingsvolle, nieuwsgierige ogen ziet, dan weet je: "Dit wordt een mooie dag".

Ze willen al gelijk gaan bomen klimmen, zoals bij elke groep. We gaan echter eerst een voorstelrondje doen. De kinderen kiezen Bewaarde Land-namen en oefenen dit met elkaar, zodat ze elkaar kunnen aanspreken met deze nieuwe namen. Daarna mogen ze even het gebied verkennen, geen paden oversteken, zodat ze precies binnen de aardeplek blijven. En ja, dan eindelijk bomen klimmen. Eerst instructie hoe geklommen moet worden, hoe hoog en met niet meer dan twee in een boom. Na een minuut of tien krijgen ze allemaal een kaart met vragen, eigen-boom-herkenspel. Verder gaan we de ochtend, al lopend, kruiden zoeken voor de soep van Vrouwtje Fleur. We doen het

regenboogspel, met gekleurde steentjes dezelfde kleuren in de natuur zoeken. Het geblinddoekt boom herkennen. En dan krijgen we ook nog een cadeautje in de vorm van twee reeën die ons pad kruisen. Dat is echt bijzonder, want zo stil zijn onze kleine vrienden nou ook weer niet. Vol verbazing en ongeloof, maar ook met blijdschap kijken de kinderen de reeën na.

Inmiddels is het bijna twaalf uur en zijn we onderweg naar de tent voor de lunch. De wachters wisselen ervaring uit m.b.t. de groepen, terwijl vrouwtje Fleur en de kinderen de kruiden voor de soep klein knippen.

In het middagprogramma ga ik met mijn groep nog even naar de lanceerboom. Dat is natuurlijk dolle pret. Eigenlijk komt dit onderdeel op de laatste dag. Dit is door mij naar voren gehaald om onze gast uit Brabant dit onderdeel te kunnen laten zien.

Half drie zijn we terug bij de tent waar de T-shirts geverfd worden. Om drie uur soep eten, afwassen en afscheid nemen bij de poort. Dolfijn laat van elke groep een kind zijn ervaringen van de dag vertellen, en na het zingen van het Bewaarde Land-lied vertrekken ze moe en tevreden naar hun ouders op de parkeerplaats. De wachters en vrouw Fleur evalueren de dag onder het genot van een frisdrankje met een droge huis-cracker a la Dolfijn. Opruimen en afsluiten, en om half vijf gaan ook wij moe maar tevreden naar huis.

Henk / Visarend

Word ook wachter !!

Ouders, verzorgers, juffen, meesters, opa's en oma's opgelet! Iedereen die wachter wil worden kan een wachterstraining volgen. Wachter word je namelijk niet zomaar. Allereerst moet je veel van kinderen houden. We hebben afgesproken dat wie kinderen stom vindt, geen wachter mag worden.

Dan moet je natuurlijk de spelletjes leren die je met kinderen kunt doen. Ook moet je weten wat je moet doen om kinderen te boeien voor de natuur, hoe je ze over een drempel kan helpen en hoe je ze kunt laten kijken, luisteren, proeven, kortom genieten van de natuur.

Het is niet erg als je niet weet hoe alle bomen of vogels heten. Dat is iets voor uit de boekjes: in het Bewaarde Land geven ze altijd zelf een naam.

Voor meer informatie:

- Brabant : Mari Verstegen (Koekoek), m.verstegen@dekleineaarde.nl
- Duin-en bollenstreek: Hugo Bakker (Dolfijn), hugorobertbakker@tiscali.nl
- Gooi en Eemland : Agnes Meijs (Zwarte specht), a.meijs.bwlg@hetnet.nl

Woelen in de nacht?

Hebben alle middeltjes tegen slapeloosheid niet geholpen dan hier nog eentje: kauw op het blad van een paardenbloem.

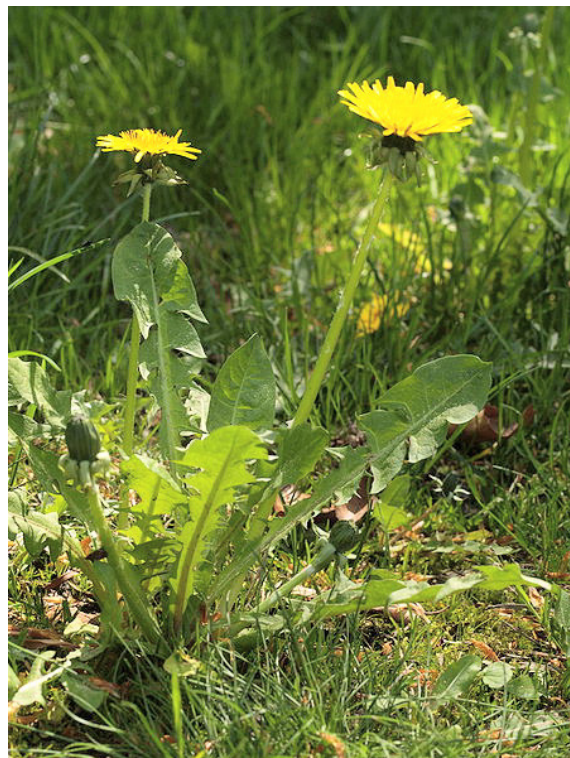
Viooltjesgeur in de winter?

Doe vers geplukte viooltjes laag om laag met zout in een goed afsluitbaar potje. Druppel evt. wat alcohol bovenop het geheel. Dan goed afsluiten en alleen open doen als je wilt genieten van de geur.

Zonnebrand?

Dek de plekken af met compressen gedrenkt in het sap van rauwe zuurkool.

bron : Het huishoudboek van Ot en Sien



Boeken over eetbare kruiden in het Bewaarde Land

Van wachter Vuurvogel kreeg ik leuke tekeningen en een indrukwekkende lijst van planten, die ze van plan is nog meer te tekenen.

Het is mijn bedoeling om twee boeken te maken:

- Een groot boek met alle eetbare (en misschien ook gevaarlijk daarop lijkende giftige) planten van Nederland (en misschien zelfs België), met wetenschappelijke naam en zoveel mogelijk leuke en nuttige informatie per plant. Zo' n boek moet bij iedere Bewaarde Land locatie aanwezig zijn voor wachters, vrouw Fleur, leerkrachten en tentouders.
- Een klein zakboekje per locatie met alleen de eetbare planten van die locatie en alleen de



informatie die noodzakelijk is voor het herkennen en gebruik van de plant, zonder wetenschappelijke naam. Deze boekjes moeten standaard in iedere wachterstas zitten, zodat ze tijdens de wandeling voor wachters, hulpwachters en kinderen beschikbaar zijn.

Als formaat denk ik aan een in de lengte dubbel gevouwen A5 (dus géén A6), of nog iets smaller, en met een stevig kft.

Voor het Bewaarde Land in de vallei van Meijendel gaat het om 39 soorten, wat voor een zakboekje wat veel is.

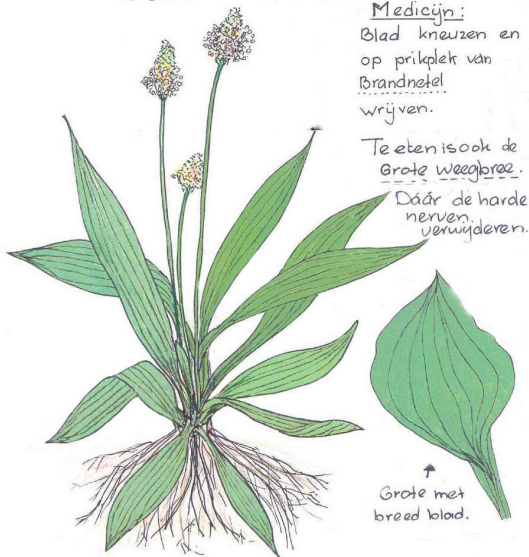
Misschien moet er voor bessen een apart nog kleiner boekje komen, met meer nadruk op de giftige soorten. Bijvoorbeeld links de plant met de eetbare bes en rechts één of meer giftige soorten die er op lijken.

Smalle Weegbree

Eten: jong blad - in soep en als groente
- fijngehakt rauw in salades.

Medicijn:
Blad kneuzen en op prikplek van Brandnetel wrijven.

Te eten is ook de Grote Weegbree.
Daar de harde nerven verwijderen.



Hondsdrif

Eten: blaadjes, toppen
- soep
- als groente.
- rauw in de sla
fijngehakt

Medicijn:
Bij brandnetelprikken blaadjes kneuzen en op pijnlijke plekken wrijven.



Gerrit Jan / Buizerd

Bezoek van IVN-natuurgidsen uit Dordrecht

Op zaterdag 16 mei kreeg het Bewaarde Land bezoek van een groep van 16 kersverse natuurgidsen van het IVN afdeling Dordrecht. Dit bezoek bracht geld in het laatje voor het Bewaarde Land Meijendel. Met de wachters Merel en Visarend en vrouwtje Fleur (Waterjuffer) zou de groep een dagje Bewaarde Land meemaken. Opzet hierbij was de gidsen een leuke dag te bezorgen, maar vooral om hen te laten zien hoe zij allerlei spelvormen kunnen gebruiken in een excursie met kinderen.

We hadden de opdracht zoveel mogelijk spelvormen toe te passen. Een enorme ervaring voor de natuurgidsen was het zintuigenpad. Geblinddoekt een touw van 100 meter lang volgen, onder takken en struiken door, om bomen heen, omhoog en omlaag kris kras door de bosjes. Ook het sluipspel, regenboogspel en geblinddoekt boom herkennen gingen erin als koek.

Mijn groepje heeft ook met een spiegelkje onder de neus tussen de bomen gelopen. Dit was een belevenis op zich. Vol verwondering liepen de gidsen twee aan twee als het ware tussen de boomkruinen. Bij dit onderdeel is het belangrijk om te wijzen op de veiligheid: altijd een volwassene met een kind laten lopen, uitkijken voor kuilen e.d..

Tijdens de wandeling hebben we natuurlijk voor een gevulde kruidentas gezorgd. Samen met de natuurgidsen heeft vrouwtje Fleur de kruiden tijdens de picknick fijn geknipt. Om half vier waren we terug bij de tent voor het evalueren en soep eten.

De natuurgidsen waren vol lof over deze prachtige dag. Merel, Visarend en vrouwtje Fleur kregen een fles rode Biesbosch-wijn als dank voor de invulling van de dag. Het enthousiasme van de gidsen was groot. Wie weet is het mogelijk om ook bij Dordrecht in de toekomst een Bewaarde Land vestiging op te richten. Wachters zullen er genoeg zijn.

Henk / Visarend

Nieuwe Bewaarde Land locaties in Noord-Brabant

Het Bewaarde Land heeft de tijdgeest mee. In de samenleving wordt steeds duidelijker onderkend dat natuurervaringen belangrijk zijn voor een harmonische ontwikkeling van kinderen. In de media wordt ruim aandacht besteed aan onderzoeken waaruit het positieve effect blijkt dat

natuur op kinderen heeft, zoals een betere concentratie en

minder obesitas en ADHD. Dat Het Bewaarde Land daarin een rol kan hebben wordt steeds breder onderkend. Het blijft daarbij niet alleen bij woorden. Het rijk, sommige gemeenten en provincies, maar soms ook terreinbeheerders willen een concrete bijdrage leveren aan de uitbreiding van Het Bewaarde Land. Het duidelijkst is dit in Noord-Brabant, maar ook daarbuiten worden de plannen steeds concreter. De uitbreiding wordt gecoördineerd vanuit De Kleine



Opening van locatie Kampina in 2006 door gedeputeerde Annemarie Moons

Aarde in Boxtel. Hieronder wordt de stand van zaken op dit moment beschreven.

Situatie in Noord-Brabant

Ongeveer een jaar geleden liep in Noord-Brabant het driejarige proefproject af om in het natuurgebied Kampina een nieuwe locatie op te richten van Het Bewaarde Land. Omdat de belangstelling onder scholen erg groot was en het lukte om vervolgsubsidies te verwerven, kon er een vervolg worden gegeven aan het proefproject. Dit betekende dat niet alleen de locatie op Kampina kon worden voortgezet, maar dat daarnaast de komende jaren in Noord-Brabant een vijftal nieuwe locaties van Het Bewaarde Land kunnen worden opgezet. De eerste daarvan, een locatie in de Drunense Duinen, is in het najaar 2008 van start gegaan. Subsidies voor de uitbreiding in Noord-Brabant werden ontvangen van het VSBfonds en de Provincie Noord-Brabant. Daarnaast betalen ook gemeenten een bijdrage per klas.

Het afgelopen jaar zijn diverse gesprekken gevoerd om ook op andere plaatsen in Noord-Brabant nieuwe locaties te starten. Het betreft de volgende gemeenten:

- Breda: samen met het MilieuEducatieCentrum van de gemeente Breda en samen met Staatsbosbeheer wordt een nieuwe locatie voorbereid in Boswachterij Dorst.
- Waalwijk: samen met de gemeente Waalwijk wordt een locatie voorbereid aan de rand van het gebied Plantloon dat eigendom is van Natuurmonumenten.
- Someren / Asten: samen met de gemeenten Someren en Asten en met het IVN Asten/Someren wordt een locatie voorbereid in het gebied Het Keelven in Someren.

Op dit moment lijken de kansen voor de daadwerkelijke realisatie het grootst voor de eerste twee genoemde locaties

Al met al hopen we dat we over een paar jaar duizenden kinderen een onderdompeling in de natuur kunnen bieden, een ervaring voor het leven.

Mari Verstegen, projectleider Het Bewaarde Land Noord-Brabant

De Kleine Aarde

Postbus 151, 5280 AD Boxtel

Tel.: 0411 - 68 4921

E-mail: m.verstegen@dekleineaarde.nl

Rozenhoning met bosaardbeitjes

Een verrukkelijke honing met rozenblaadjes en bosaardbeitjes. Het lijkt een beetje op jam en is heerlijk op bijvoorbeeld een geroosterd broodje.

Benodigdheden:

- 200 g honing
- 25 g suiker
- 100 g bosaardbeitjes
- 50 g bloemblaadjes van sterk geurende (donkerrode) rozen
- 1 eetlepel citroensap
- 10 g pectine
- 1 glazen pot



Maak de glazen pot grondig schoon met kokend water. Wel eerst de pot voorverwarmen, zodat het glas niet knapt!

Daarna de aardbeitjes wassen en ontdoen van de kroontjes. Bestrooien met de suiker en 6 uur in een afgedekte kom laten staan.

Pluk de rozenblaadjes los en verwijder de lichte aanzetstukjes. Was de blaadjes heel voorzichtig om ze van eventuele insecten te ontdoen. Leg de blaadjes in een aardenwerken kom en giet er een kwart liter kokend water bij. Dek de kom af en laat het 6 uur trekken.

Doe de rozenblaadjes daarna in een zeef en druk met een lepel het vocht eruit boven de kom.

Hierna het rozenwater met de citroensap in een pan aan de kook brengen en voeg de bosaardbeitjes toe. Haal die eruit als ze naar de bodem zakken (na ongeveer 5 minuten) en doe ze in de glazen pot.

Giet de honing in de pan met rozenwater en roer het goed door. Laat de vloeistof 20 minuutjes zachtjes koken en temper dan het vuur. Voeg roerend de pectine toe en breng het 3 minuutjes opnieuw aan de kook.

Schuim eventueel de vloeibare honing af en giet hem daarna over de aardbeitjes in de glazen pot. Af laten koelen en de pot afsluiten.

AGENDA - AGENDA - AGENDA - AGENDA - AGEND

Za 13 juni 2009 van 10:00 tot 17:00 uur : Bijenmarkt Leiden

De Vrienden van het Bewaarde Land staan met een marktkraam op de Bijenmarkt in Leiden aan de Zoeterwoudse Singel bij Sportpark Trigon. Kom je ook langs? De Bijenmarkt is zeker een bezoekje waard. Voor meer informatie zie : www.deleidsebijenmarkt.nl



Vr 26 juni 2009 van 19:30 tot 20:00 uur : Algemene Ledenvergadering
Voorafgaande aan de zomeravondwandeling in Meijendel vindt bij de tent de Algemene Ledenvergadering plaats van de Vereniging Vrienden van het Bewaarde Land. Voor meer informatie en aanmelding stuur een e-mailtje naar vrienden.bewaarde.land@planet.nl of bel Aad de Vette (Merel), 071-5318854

Vr 26 juni 2009 van 20:00 tot 23:00 uur : Zomeravondwandeling
Alle Vrienden van het Bewaarde Land en hun gezinsleden zijn welkom op de zomeravondwandeling in de duinen van Meijendel. We verzamelen om 20:00 uur bij de boerderij Meijendel en trekken vandaar het Bewaarde Land in. Aanmelding graag via een e-mailtje naar vrienden.bewaarde.land@planet.nl of telefonisch bij Aad de Vette (Merel), 071-5318854

Za 5 sept 2009 : Cultureel Festival in Baarn (www.cultureelfestival.nl)
De Vereniging Natuurbeleving Gooi- en Eemland staat op de markt om reclame te maken voor het Bewaarde Land en om wachters te werven. Voor meer informatie of als je wilt helpen in de kraam : stuur een e-mail naar Agnes Meijs (Zwarte specht), a.meijs.bwlq@hetnet.nl

Actieve vrienden

De Vereniging Vrienden van het Bewaarde Land zoekt nieuwe bestuursleden. Momenteel komen alle bestuursleden uit de omgeving van locatie Meijendel, maar we zijn op zoek naar enthousiaste leden elders in het land, die bijv. in andere locaties een wandeling kunnen organiseren. Stuur een e-mailtje naar vrienden.bewaarde.land@planet.nl of bel Aad de Vette (Merel), 071-5318854