



Zomergevoel - 2010

Uitgave van de Vereniging Vrienden van het Bewaarde Land

Beste Vrienden,

Op 't moment dat ik dit schrijf hebben de Wachters en Vrouwtje Fleur van Het Bewaarde Land de eerste twee dagen van de eerste serie achter de rug.

Koud, maar in het algemeen droog, hebben we deze eerste dagen met de kinderen kunnen genieten van een zich snel ontluikende natuur. Net voldoende kruiden om onze kinderen toch op de eerste dag de zelfgemaakte brandnetel-soep te kunnen laten eten. In mijn groep waren er kinderen die wel zes kommen kwamen halen. Dat was een compliment aan de begeleidende onderwijzeres, die bij afwezigheid van onze vrouw Fleur, de soep met verve bereid had.

Wij (de wachters en vrouwtjes Fleur) van alle Bewaarde Land locaties hopen en vertrouwen dat we dit jaar weer een prachtig jaar zullen gaan beleven, een jaar waarin we de kinderen weer een paar fijne dagen in onze mooie natuur kunnen geven.

Henk / Visarend

Aan dit nummer werkten mee :

Marjanne Addink, Henk van Haastregt, Inger Lansen, Ton Lommers, Yens van Bostelen, Sophie van der Zee, Walter Stamkart en Aad de Vette

KRUIDE SOEP

kruiden in de soep
blatjes van planten
kruiden soep lekker

Frija

MUIS

een muis in een hol
hij is echt geen mini mol
maar de klos voor de vos

Anoniem

MEES

De mees maakt een nest
en legt dan 7 eitjes
dan gaat ze broeden

Daniël

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 per jaar. Stuur je adresgegevens naar vrienden.bewaarde.land@planet.nl

In het Paasweekend 2010 konden Vrienden van het Bewaarde Land en wachters uit heel Nederland elkaar ontmoeten in het nagebouwd prehistorisch dorp Haps in de bossen bij Apeldoorn. Er waren in totaal ruim 50 mensen waarvan ongeveer de helft kinderen. Hieronder geeft een van de deelnemende kinderen een verslag.

Weekend in Haps

7.30: Wij, mijn ouders, mijn broers en ik, staan op om naar Haps te gaan. Een eind met de trein, een stuk bus en we eindigen met een wandelingetje door het bos. Tijdens dat wandelingetje komen we al een groepje Haps-gangers tegen dat vanuit het dorp de schapen naar het veld brengt. We wachten even op de schapengroep om met hen mee naar het Haps dorp te lopen. We moeten onze slaappleatsen kiezen en opmaken. Mijn vader, broertje en ik hebben besloten om buiten te gaan slapen onder een afdakje. Mijn moeder en mijn kleinere broertje slapen in de grote boerderij. Er is ook nog een kleine boerderij. De boerderijen zijn grote huizen op zijn oertijds gemaakt (zoals het hele dorp), waar we op stro en dierenhuiden kunnen slapen. Als we de slaapplekken hebben opgemaakt, wordt er met de hoorn getoeterd en gaan we naar de verzamelplaats. Omdat het slecht weer is, gaan we met zijn allen naar de offerplek om allemaal iets te offeren en hopen dat het mooi weer zal worden.



Daarna is er een cursus smeden. Ik mag helpen pompen in de smidse. Als ik dat zat ben, ga ik helpen met broden bakken. Mijn broertje is een tasje aan het viltten. Het avondmaal bestaat uit soep en zelfgebakken Haps brood. De soep wordt gegeten in houten kommen met pollepels. Vorken en messen zijn er in Haps niet, behalve natuurlijk de messen die bij de smidse gesmeden worden. De tweede dag blijf ik

erg lang in bed, terwijl de kleinere kinderen paaseieren aan het zoeken zijn. Een vriendin, brengt mij mijn ontbijt op bed met chocomel, luxe. Als ik opsta, mag ik zelf gaan smeden. Zo ben ik de hele tweede dag bezig met smeden. Na zes uur werk heb ik mijn mes klaar (en veel spierpijn). Nu moet ik hem nog

slijpen. Ik heb een vijl geleend uit de houtbewerkingshut. Daarna ga ik naar de vilthut om een schede van leer te maken voor het mes. Daar zit één van mijn vrienden hetzelfde te doen.

Er zijn een paar dingen die ik misloop, doordat ik de hele dag aan het smeden ben, zoals de cursus vuur maken, het vilten, houtbewerken en didgeridoo. Mijn moeder en broer hebben bij het houtbewerken een lepel gesneden. En mijn vader en broertje hebben met kooltjes en stuk hout uitgehold om een drinkbeker te maken.



Behalve dingen maken wordt er veel gespeeld in het dorp en door de oudere mensen veel gekletst bij het vuur.

Het aparte aan Haps is dat er geen moderne dingen zijn. Al het eten wordt gekookt in grote ijzeren potten boven het vuur. Water moet je halen bij een bron (wel een beetje nep want de bron gaat 's nachts wel uit). De afwas doe je ook bij de bron met ijskoud water. 's Nachts is er geen licht, want er zijn geen lampen. Het toilet is een beetje modern, een hokje met een gat, maar je kunt wel doortrekken.

Ik vind Haps erg leuk en volgend jaar ben ik er weer bij.

Yens van Bostelen

Een derde dag Bewaarde Land in Meijendel

Hoewel er 's morgens om acht uur rijp lag op het grote speelveld, belooft het toch een mooie warme dag te worden. Na aankomst bij de tent (wat staat ie er mooi bij met dat nieuwe doek van de Vrienden van het Bewaarde Land), deze openen, tafel en krukken naar buiten, plankjes klaarleggen voor de T-shirts, karretje neerzetten met het mededelingenbord en het toegangsbord ophangen. Dat zijn zo de werkzaamheden waar we (de wachters) de dag mee beginnen en natuurlijk koffie en thee zetten.

Als de T-shirts klaargelegd zijn dan aan de koffie/thee en de dag doornemen. Vandaag worden de kinderen met begeleiders niet opgehaald. Zij moeten op eigen gelegenheid de tent vinden. Daar treffen ze niemand aan, alleen de T-shirts en koffie/thee voor de begeleiders.

Op het mededelingenbord staat dat de wachters verstopt zitten in het bos en dat ze deze moeten gaan zoeken, wel het karretje meenemen.

Wij zitten inmiddels op onze locatie te genieten van de zang van vele verschillende vogels, waaronder de nachtegaal. Als we de kinderen horen aankomen, gaan we ons gauw verstoppen. Drie keer lopen ze onder m'n boom door, voordat er één zo slim is naar boven te kijken.

We hervatten de kennismaking met het oefenen van de Bewaarde Land namen. Dan natuurlijk een halfuurtje boom klimmen. Ik laat ze lekker rustig hun gang gaan, want vandaag wordt een dag waar in de ochtend flink gelopen en gespeeld gaat worden.

Ik vertel ze op een gegeven ogenblik dat we een stevige wandeling gaan maken naar een heel hoog duin. Daar kunnen ze dan spelen, waarna ze door een mooie vallei hun eigen weg terug moeten zoeken, wel met een beetje duwen en trekken hier en daar.

Onderweg gaan we kruiden zoeken voor de soep van vanmiddag. Om half elf komen we op een mooie kleine open plek met een omgevallen boom. Hier mogen ze gaan zitten en hun tussendoortje opeten. Tijdens deze pauze mogen ze elk hun Haiku, welke ze op school gemaakt hebben, voorlezen. Normaal zouden we hierna naar de lanceerboom gaan, helaas is deze niet ongeschonden de winter doorgekomen en kan niet meer door ons gebruikt worden. Echter wel de achterliggende trampoline boom: een gedeeltelijk dode boom met kale verende takken vlak boven de grond. Hier staat ook veel hondsdrif en braam. Goed voor de soep. De wandeling gaat verder en ten slotte komen we bij het hoge rolduin. Schoenen en sokken uit en rennen maar. Moeheid schijnt als sneeuw

voor de zon vertrokken te zijn. Een half uurtje lekker rennen, weer omhoog klimmen en dan weer rollen. Anderen zijn diertjes aan het zoeken of vinden een paar botjes. We pakken onze spullen weer op en gaan door de vallei naar het hoge duin aan de andere kant. Prachtig uitzicht, zij zien het niet want ze zijn moe en laten zich in het zand vallen. Even bijkomen van de hoge klim, maar daarna de opdracht: ga naar beneden rechts en zoek het fietspad. Opeens weer helemaal fris gaan ze op pad, als woudzoekers hun weg zoeken met een beetje sturing. Via het pad langs de sprang terug richting tent. Onderweg allerlei natuurweetjes vertellend en kleine wonderen laten zien. Er zitten in deze groep twee donderstenen, maar alles wat verteld wordt blijft hangen, ook van de vorige dagen. Ik ben zeer verbaasd, dit had ik van die twee niet verwacht.

Om twaalf uur terug bij de tent, kruiden inleveren en uitzoeken, kinderen overdragen aan de begeleiding en de wachters een uurtje lunchpauze.



De middag wordt gebruikt voor het maken van voorstellingen/presentaties. Elk element doet iets anders. Vandaag hebben we maar drie elementen: water, lucht en aarde. De groep van water gaat zich schminken met waterverf, de

aardegroep gaat een miniatuur Bewaarde Land bouwen met materiaal uit de natuur om hen heen, zoals takjes, zand, mos, gras en stukjes schors.

Mijn groep van het element lucht gaat een circus voorstelling maken. Veel acrobatiek, waarbij ikzelf fungeer als een boom waarin geklommen kan worden. Bont en blauw word je ervan, maar ja voor het goede doel.

Intussen heeft de juf (er is geen vrouwtje Fleur) heerlijke soep gemaakt.

De voorstelling wordt door iedereen met veel plezier uitgevoerd en bekeken.

Ieder doet zijn uiterste best. Na afloop iedereen trots. In mijn groep waren er twee die in het begin moeite hadden om mee te doen, niet echt lenig en zo.

Maar tijdens het oefenen toch een paar goede taken voor ze gevonden, zodat ook zij met vrolijke gezichten en vol overtuiging mee konden doen.

Ja en dan komt het afscheid nemen, dat is altijd weer een moeilijk moment. Zowel voor de kinderen als voor mij. Aan iedere groep ga je je hechten. Je hebt ze in die drie dagen toch een beetje leren kennen, wel eens een traantje moeten wegvegen of een zalfje op een pijnlijke plek gedaan. Elke elementgroep gaat in een kring zitten, bij mij is de juf erbij. Ik vertel ze hoe fijn ik het gevonden heb en laat de praatstok rondgaan. Ieder krijgt zo de gelegenheid ongestoord zijn of haar ervaringen van de drie dagen te vertellen. Allemaal positieve geluiden. Dan moeten ze hun hand ophouden en de ogen sluiten. In elke hand leg ik een halfedelsteentje, passend bij het element lucht. Ze mogen hun ogen weer opendoen en hun steentje bekijken. Mooi vinden ze het. Ik vertel ze dat het een krachtsteentje is, welke ze in moeilijke tijden doet terugdenken aan de fijne dagen die ze beleefd hebben, waardoor het goede gevoel weer terugkomt.

Hierna de soep en die gaat er goed in: de pan wordt helemaal leeg gegeten. Afwassen en naar huis. De wachters evalueren nog even onder het genot van een sapje. Opruimen en met een tevreden gevoel weer naar huis.

Henk / Visarend

- - - - - o o O o - - recepten van vrouw Fleur - - o O o o - - - - -

Zevenblad als groente

Zevenblad is een overblijvende plant die algemeen voorkomt. Je vindt hem op beschaduwde plaatsen op vochtige of bemeste grond, maar ook als hardnekkig onkruid in tuinen. Zevenblad werd door de Romeinen verbreid als culinaire plant. In de Middeleeuwen werd hij overal gekweekt als bladgroente en als geneeskrachtige plant.



Gebruik de jonge bladeren en bladstelen. was ze goed af en kook ze met 1 eetlepel boter en weinig water. Voeg zout en peper toe en laat het geheel ongeveer 10 minuten sudderen. Als ze zacht zijn, goed afgieten en vóór het opdienen nog een klontje boter erbij.

Zevenblad is een uitstekende groente en het eten van de bladeren is een handige manier om de plant in je tuin in bedwang te houden.

Raam-in-de-Aarde (deel 1)

In een dorpje, heel lang geleden, leefde Ren-Ren, een kleine jongen. Ren-Ren was niet zijn echte naam, maar iedereen noemde hem zo, omdat hij altijd aan het rennen was. Van hot naar her. Hij was erg klein en ook erg mager, want zelfs om te eten ging hij niet even zitten. Slapen deed hij ook bijna niet. Hij wist erg weinig, want niets kon hem boeien en zijn aandacht even vasthouden. Zijn ouders hadden al van alles geprobeerd, maar niets had geholpen.

Grootmoeder, je zou kunnen zeggen, de allereerste vrouw Fleur op aarde, had gehoord over de kleine Ren-Ren en besloot langs te gaan. Zij zag al gauw wat er met hem aan de hand was en nam de jongen mee naar haar huisje, midden in het grote bos. Het was een lange reis. Ren-Ren liep wel tien maal de afstand, want hij vond dat Grootmoeder veel te langzaam liep. Maar op de open plek in het bos aangekomen, waar het huisje van Grootmoeder stond, was hij wel erg moe geworden en ging even op het gras liggen. Toen Grootmoeder aankwam bij haar huisje vond zij Ren-Ren diep in slaap op het gras. Zij glimlachte, mompelde wat en ging haar huisje binnen. Ze zette een lekkere pot kruidenthee en ging op het bankje in de zon voor haar huisje zitten.



Ren-Ren werd wakker en wilde opstaan, maar hij kon niet opstaan; het leek wel of hij vast aan de aarde zat.

"Grootmoeder, Grootmoeder, ik zit vast!" riep hij. "Ja, dat weet ik", zei Grootmoeder glimlachend, "dat heb ik gedaan". Ren-Ren was woedend, hij probeerde uit alle macht los te komen, maar dat lukte niet, hij vast zat.

Grootmoeder gaf hem wat thee en een hazelnootkoekje en voor het eerst van

zijn leven proefde hij wat hij at en dronk. 's Avonds gaf ze hem nog wat te eten. "Lekker" zei Ren-Ren. Hij voelde zich een beetje rozig met zo'n volle maag. Hij keek voor zich uit en zag het zonlicht door de blaadjes van de bomen spelen en voelde voor het eerst van zijn leven hoe lekker warm dat zonlicht was. Langzaam zakte de zon achter de bomen. Het werd donker. Nooit eerder had hij licht door de bomen gezien en nooit eerder had hij de zon zien ondergaan. En nooit eerder had hij de sterren aan de hemel gezien en de maan zien opkomen. Het werd wat koud buiten en Grootmoeder dekte hem toe met

een heleboel blaadjes die jarenlang in de herfst van de bomen vallen. Alleen zijn gezicht was nog te zien. "Slaap lekker", zei Grootmoeder en aaide over zijn bol, "kijk maar goed uit je raam in de aarde" en ze ging haar huisje binnen om te slapen.

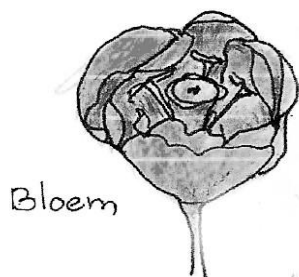
In het hoofd van Ren-Ren was het een komen en gaan van voorbij rennende gedachten en gevoelens. Heel af en toe was het even stil in zijn hoofd. Dan zag, hoorde of voelde Ren-Ren. Slapen deed hij niet veel die eerste nacht. Hij zag dieren langskomen, uilen vliegen, een vos die aan zijn teen snuffelde, muisjes die langs kwamen. Kevertjes, nachtvlinders, vleermuizen; het was een drukte van jewelste. Ook de wind kwam langs, in de verte hoorde je hem al ritselend pratend met de bomen aankomen. Hij cirkelde even boven Ren-Ren en de blaadjes op Ren-Ren cirkelden even mee omhoog en vielen terug. "FFFFFFFt, dag Ren-Ren", zei de wind, "mooi jou daar te zien, tot de volgende keer" en trok verder door het bos. Tegen de ochtend viel Ren-Ren in slaap.

Sophie / Vuurvogel

- - - - - o o O o - - raadsel van vrouw Fleur - - o O o o - - - - -

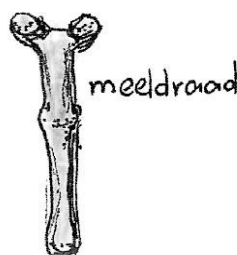
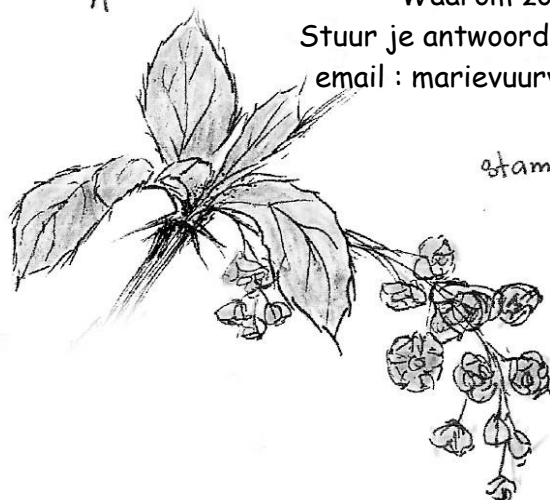
ZZZZZZZoemmmmmm je bent een bij

Met je fijne tongetje verzamel je honing uit de piepkleine bloempjes van de zuurtjesstruik. In de herfst heeft de struik voor mensenkinderen lekkere zuurtjes.



Mensenkinderen kunnen doen of ze bijtjes zijn!
Pluk een dun grassprietje en ga voorzichtig met het puntje onder in het bloempje, naast de stamper, daar zit de honing. Blijf goed kijken! Wat gebeurt er?
Waarom zou dat zijn?

Stuur je antwoord naar Vrouw Fleur,
email : marievuurvogel@yahoo.com



Peter bezoekt het Bewaarde Land

Het is vroeg in de ochtend, de zon staat nog laag aan de horizon. Peter ligt in bed. Hij rekt zich uit en bedenkt met een schok "Vandaag ga ik naar het Bewaarde Land!". Met een sprongetje is hij uit bed. "Mama, mag ik ontbijten?" Zijn moeder komt aanlopen en heeft haar nachthemd nog aan. "Peter wat ben je vroeg vandaag!" "Ja" zegt Peter, "vandaag ga ik naar het Bewaarde Land!". Snel maakt zijn moeder een ontbijt en verzamelt de spulletjes om vandaag mee te nemen: een regenjas, een tussendoortje, een lunchpakketje, wat te drinken, ... Met een volle buik en een volle rugtas staat Peter buiten. Klaar om naar school te gaan. Wat heeft hij een zin!

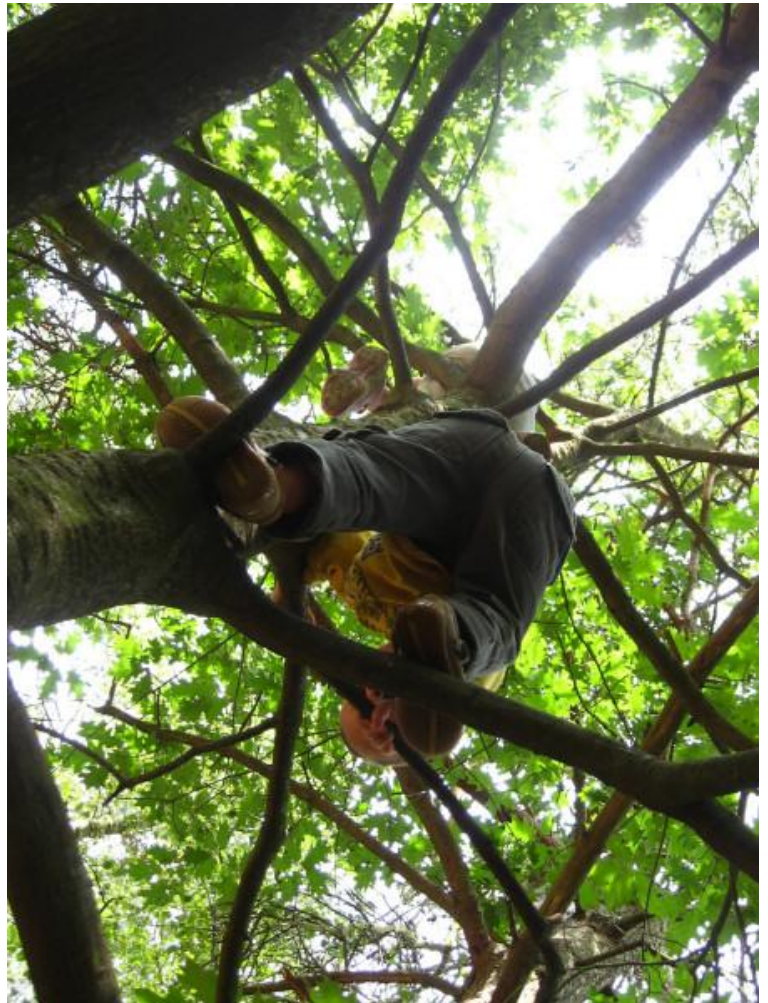
Op school staan de auto's al klaar. De vader van Jasper, Peters beste vriend, heeft een grote auto waar Peter een lekker plekje achterin heeft. Het eerste deel van de reis herkent Peter de wegen, de weg door het dorp en de snelweg. Maar dan komen ze ergens waar Peter het niet kent. Jasper roept: "Dit ken ik wel, dit is Meijendel, we zijn er bijna!". Peter kijkt goed om zich heen. Wat een mooie bomen en struiken staan hier. Hij ziet ook wat duinen in de verte.

De auto's stoppen bij een parkeerterrein. Daar staat een grappige mevrouw op hun te wachten. "Dat is vast vrouw Fleur!" denkt Peter en hij kan niet wachten om de auto uit te stappen. Met de groep gaan ze om vrouw Fleur heen staan. Vrouw Fleur heet iedereen welkom in het Bewaarde Land en samen lopen ze naar een plek in het bos. Hier staat een tent en voor de tent liggen allemaal T-shirts. Van te voren is Peter ingedeeld in een groepje. Hij zit in het groepje Lucht. Hij trekt zijn speciale Lucht T-shirt aan en samen met zes andere kinderen is hij het Luchtgroepje.

Vrouw Fleur vertelt dat de wachters zich in het bos verstopt hebben. Met alle kinderen lopen ze het bos in. Vrouw Fleur zegt de kinderen dat ze goed moeten luisteren. De wachters maken geluiden en zo kunnen ze ze vinden. De kinderen van Aarde moeten luisteren of ze een trommel horen. Die horen ze en de kinderen rennen naar de plek waar ze het geluid vandaan horen komen. "Koekoek" roepen de kinderen van Aarde. Dat betekent dat ze hun wachter hebben gevonden. Peter loopt door met de groep en ze luisteren of ze een fluit horen, want daar zit de wachter van Lucht. Peter hoort heel veel vogels en ineens daar tussendoor een fluit. Ze zijn bijna bij het Luchtland! Het groepje rent het pad af en ze vinden de wachter van Lucht bij een boom. Wat ziet hij er mooi uit! "Koekoek" roept het groepje uit volle borst!

De kinderen zitten in een kringetje om de wachter. Ze mogen allemaal hun Bewaarde Land naam noemen: een speciale naam die alleen in het Bewaarde Land wordt gebruikt. Sommigen weten het niet, maar met een beetje hulp komen ze er wel uit. Melissa uit Peters groepje denkt lang na over haar naam en ineens loopt er een kevertje over haar heen. Ja, dat is het zegt Melissa, ik heet Kever! Peter weet zijn naam al. Al lang zelfs: hij heet vandaag Koolmees. Dat vindt hij een mooie vogel en....een koolmees vliegt hier in het Bewaarde Land door de lucht!

De rest van de ochtend gaan de kinderen boompje klimmen, kruiden zoeken voor de soep en spelletjes doen. Onderweg leren ze van alles over de natuur. Zo komen ze ook bij een mierennest. Met open mond staat Peter te kijken. Zoveel mieren! En ze weten allemaal wat ze moeten doen. De wachter vertelt over de mieren en Peter kijkt goed hoe de kleine beestjes over het pad naar een boom lopen. Peter vindt het allemaal nog leuker dan hij had gedacht.



Na de lunch vertelt vrouw Fleur het verhaal van Erik en Sylvia en hoe ze verdwaald raken in het Bewaarde Land. Peter en zijn groepje gaan terug naar het Luchtland. Samen met Melissa krijgt hij een blinddoek en om de beurt gaan ze proberen bomen te herkennen. Peter doet de blinddoek om en Melissa brengt hem naar een boom. Peter voelt en voelt en als hij genoeg heeft gevoeld brengt Melissa hem terug naar de plek waar ze begonnen. Het is best moeilijk, maar Peter raadt twee keer de goede boom. Eén keer een berk en één keer een dennenboom. Uiteindelijk mogen ze nog hun lievelingsboom uitzoeken en daar in klimmen en vragen over beantwoorden.

De middag vliegt voorbij en ze moeten weer terug naar de tent. Daar maken ze een beginnetje met het kleuren en tekenen op hun Bewaarde Land T-shirt.

Vrouw Fleur heeft de soep klaar. Peter kan hem ruiken terwijl hij de laatste hand legt aan zijn T-shirt. Hmmm, de soep is heerlijk! Dan is het als weer tijd om afscheid te nemen. Bij de uitgang zingen alle kinderen het Bewaarde Land lied. Peter zingt uit volle borst mee, hij vindt het een mooi lied. Nog een beetje achterom kijkend lopen de kinderen terug naar het parkeerterrein. O, wat hadden ze graag nog willen blijven!

Thuis raakt Peter niet uitgesproken over de dag. Zijn moeder moet hem tijdens het eten af en toe herinneren dat hij een hap in zijn mond moet stoppen. Zijn jongere zusje Pia hangt aan zijn lippen. Gelukkig mag hij volgende week nog een keer en de week daarna weer. Als hij 's avonds in zijn bed ligt denkt hij nog even terug aan het Bewaarde Land. Hij doet zijn ogen dicht. Zachtjes hoort hij het lied en ziet hij zijn lievelingsboom voor zich. En zo valt hij al gauw in slaap, moe van een lange en actieve dag in het Bewaarde Land.

Walter / Duindoorn

Actieve vrienden

De Vereniging Vrienden van het Bewaarde Land zoekt nieuwe bestuursleden.

Momenteel komen alle bestuursleden uit de omgeving van locatie Meijendel. Daarom zijn we op zoek naar enthousiaste leden elders in het land, die bijv. in andere locaties een wandeling willen organiseren.

Stuur een e-mailtje naar vrienden.bewaarde.land@planet.nl of bel Aad de Vette (Merel), 071-5318854

Website van het Bewaarde Land

Het Bewaarde Land heeft een eigen website : www.hetbewaardeland.nl.

Op deze website vind je informatie over het Bewaarde Land in het algemeen, over de verschillende locaties in Nederland, hoe je in contact kunt komen met de lokale coördinatoren en natuurlijk over de Vrienden van het Bewaarde Land.



Dag vlinders !

In de stad verwacht je niet veel natuur. Maar niets is minder waar. Ook in de stad is natuur. Kijk maar eens goed om je heen.

Bij warm weer fladderen vlinders ook door de stad.

Het zijn meestal soorten, die hun eieren leggen op stadsonkruiden, zoals brandnetels en wilde koolzaadsoorten.

Welke soorten vlinders kom je tegen tijdens je wandeling?



Vanaf het prille begin van de lente vliegt de KLEINE VOS, een bonte vlinder, oranje-bruin, met zwart en witte tekening, en langs de vleugelranden blauwe stippen.



Bijna helemaal wit is het KOOLWITJE. De blauw-groenige rupsen van deze vlinder leven op koolplanten. Let op het aderpatroon op de vleugels.

Het voorjaar wordt mede aangekondigd door het verschijnen van de CITROENVLINDER, die zo geel is als zijn naam al zegt.



Zwart, wit en rood zijn de kleuren van de ATALANTA. De rupsen van deze prachtige vlinders leven op brandnetels.

Rood, wit, blauw is de kleurencombinatie van de DAGPAUWOOG. Met zijn vier "ogen" maakt hij vogels aan het schrikken, zodat ie niet opgegeten wordt.



Lindebloesemthee



De linde bloeit in juni tot juli. Je kunt de bloemen gebruiken voor het maken van lindebloesemthee. Honing van de linde wordt beschouwd als de meest aromatische en waardevolle ter wereld en wordt gebruikt in geneesmiddelen en likeuren.

Verzamel de bloemen samen met de schutbladen, die op vleugeltjes lijken, eind juni of begin juli als de bomen in volle bloei staan. Leg ze uit op schalen in een warme, goed geventileerde kamer en laat ze twee tot drie weken drogen.

Leg 2 theelepels gedroogde lindebloesem in een kom en giet er kokend water bij. Schenk het via een theezeefje in een kopje. Voeg naar smaak suiker toe aan deze thee, die een zachte honingachtige geur heeft.

Lindebloesemthee werkt kalmerend op het zenuwstelsel en de stofwisseling. Een kopje voor het slapengaan geeft vaak een goede nachtrust.



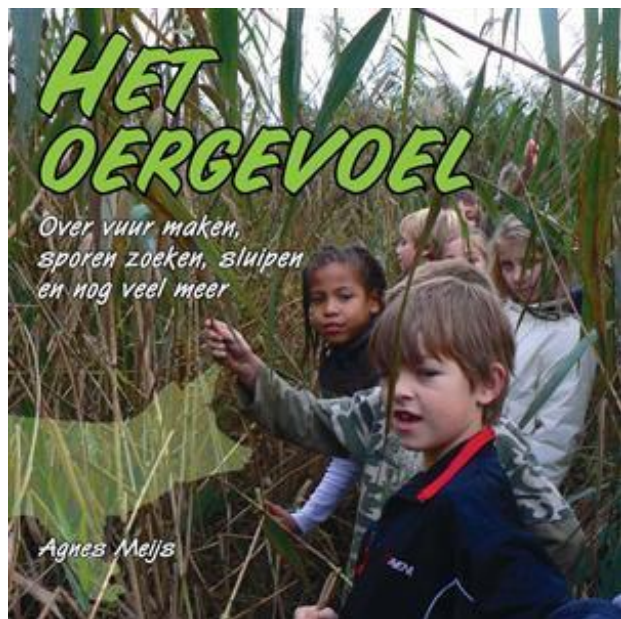
Word ook wachter !!

Kinderen die goed hebben opgelet bij hun bezoeken aan het Bewaarde Land kunnen later zelf ook wachter worden. Als je 18 jaar of ouder bent en graag wachter wilt worden, dan kun je een wachterstraining volgen. Jij hebt dan een voorsprong, want je weet al wat kinderen leuk en boeiend vinden!

Na de training mag je zelf op stap met een groepje kinderen in het Bewaarde Land dat jij zo goed kent van toen je zelf nog Bewaarde Land-kind was.

Voor meer informatie : vrienden.bewaarde.land@planet.nl

Lezing door Agnes Meijs over het boek 'Het oergevoel' in De Hilversumse Boekhandel



Vraag je kinderen of ze meegaan naar het bos, dan krijg je niet meteen een enthousiaste reactie, een uitzondering daargelaten. Vraag je kinderen of ze vuur willen maken, dan krijg je een: 'Ja, cool!', in koor en staan ze direct in de startblokken. Ook sporen zoeken, sluipen door het struikgewas, hutten bouwen en eetbare bessen en blaadjes zoeken zijn activiteiten die kinderen hartstikke leuk vinden én hen weer in contact brengen met de natuur. Zo kunnen ze er een

zorgzame en respectvolle band mee opbouwen. En de natuur helpt hen zich persoonlijk evenwichtig te ontwikkelen.

Op dinsdag 15 juni treedt in De Hilversumse Boekhandel Agnes Meijs op met haar binnenkort uit te komen boek: 'Het oergevoel, over vuur maken, sporen zoeken, sluipen en nog veel meer'. Dit boek bevat naast persoonlijke ervaringen veel ideeën en vooral praktische tips voor (groot)ouders, leerkrachten, natuur- en milieumedewerkers, natuurgidsen, buurtwerkers en iedereen die graag met kinderen een intens oergevoel en daarmee een weldadige band met de natuur wil ervaren.

Locatie: De Hilversumse Boekhandel, Leeuwenstraat 36, Hilversum. Aanvang: 20:00 uur. De deuren zijn geopend vanaf 19:30 uur. Toegang gratis. Graag van tevoren aanmelden via 035 623 31 31 of info@dehilversumseboekhandel.nl. 'Het oergevoel' is vanaf mei verkrijgbaar voor € 24,50. Meer informatie over Agnes Meijs kunt u vinden op: www.natuurlijkheden.nl.

Agnes / Zwarte Specht



Vereniging Vrienden van het Bewaarde Land
Clara Visserplaats 1
2331 BN LEIDEN



AGENDA - AGENDA - AGENDA - AGENDA - AGENDA

Za 12 juni 2010 van 10:00 tot 17:00 uur : Bijenmarkt Leiden

De Vrienden van het Bewaarde Land hebben een marktkraam op de Bijenmarkt in Leiden. Kom gezellig langs voor een babbeltje en een kopje kruidensoep!

Meer info op www.deleidsebijenmarkt.nl

Vr 25 juni 2010 van 20:00 tot 22:30 uur : Zomeravondwandeling

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 boerderij Meijendel. Aanmelding via email vrienden.bewaarde.land@planet.nl of telefonisch bij Aad de Vette (Merel), 071-5318854

Zo 26 september 2010 vanaf 11:00 uur : Natuurfeestdag Meijendel

Het Bewaarde Land is uitgenodigd op de Natuurfeestdag van Dunea. Op deze dag wil Dunea, die zorgt voor drinkwater, jong en oud op een leuke manier laten genieten van de prachtige en veelzijdige natuur in Meijendel : www.dunea.nl

Zo 10 oktober 2010 van 10:00 tot 12:00 uur : Herfstwandeling

Zet de herfstwandeling alvast in je agenda. Meer info www.hetbewaardeland.nl

DA - AGENDA - AGENDA - AGENDA - AGENDA - AGE