



DE GROENE ZEGGE

jaargang 41

nr.3 september 2025

Afdelingsblad IVN Amstelveen

IVN Amstelveen
1985 - 2025

ivn natuur
educatie

Samenstelling Bestuur

Voorzitter	vacant
Secretaris	Hans Seijlhouwer secretaris@ivnamstelveen.nl
Correspondentieadres	IVN Amstelveen R. Blokland Paterlaan 19 1183 WL Amstelveen
Penningmeester	Ina Wisselink penningmeester@ivnamstelveen.nl
Lid	Henk Breij henk-en-jenny-breij @kpnmail.nl
Lid	Aad van Paassen a.van.paassen@online.nl
Lid	Nel Bolt nel.boltklugkist@gmail.com
Lid	Jan van Willigenburg j.willigenburg@cloudemail.nl
Bank	NL57TRIO 0320 6724 76 t.n.v. IVN Amstelveen
Website	www.ivn.nl/afdeling/amstelveen

Van het bestuur

Soms wil je vooruit kijken, maar nu kijk ik nog even terug naar de rondleiding van augustus in het Schinkelbos. Met 30 belangstellenden konden we meer dan tevreden zijn, maar vooral de "oogst" is het vermelden waard. Tijdens de voorrondleiding ontdekten we (Aad, Annemarie, Claire Jenny en ondergetekende) een ongekend aantal nieuwe gallen, vooral op eikenbomen. Nu waren we in de voorafgaande jaren al een aantal gallen tegen gekomen, maar dit jaar was iedereen er nog meer op gespist. De knopergal was voor de meesten van ons nieuw en zelf had ik nog nooit een ananasgal gezien. Zondag konden we het publiek laten delen in dit voor velen nieuwe aandachtsgebied en de reacties waren enthousiast. Op zondagochtend, voorafgaand aan de rondleiding, ontdekten we nog een es vol met bloemkoolgallen. Leuk om met elkaar zo'n betrekkelijk nieuw gebied te ontdekken.

Henk Breij

Adres voor bijeenkomsten en cursussen
"De Arc"
Jeanne d' Arclaan 8 te Amstelveen

Dialoogdag

Graag nodigen we je uit voor de Dialoogdag op vrijdag 26 september 2025, van 09.30 tot 16.30 uur in het Amsterdamse Bos.

De Dialoogdag is dé ontmoetingsplek voor alle vrijwilligers die zich inzetten voor de natuur in Noord-Holland. Een dag vol inspirerende lezingen, praktische workshops en bijzondere excursies, speciaal voor mensen zoals jij: betrokken, bevlogen en onmisbaar voor het Noord-Hollandse landschap.

We starten met een gesprek met gedeputeerde Rosan Kocken (Klimaat en Energie, Natuur en Landschap, Water en Bodem en Klimaatadaptatie), gevolgd door een boeiende lezing van Marco van Es over de link tussen biodiversiteit en gezondheid. Daarna kun je kiezen uit een vol programma met workshops, excursies en sessies waarin kennisuitwisseling, samenwerking en nieuwe inzichten centraal staan. Ook is er volop ruimte om andere vrijwilligers en organisaties te ontmoeten.

Of je nu onderhoudswerk doet, excursies begeleidt, soorten telt of in het bestuur zit, deze dag is voor jou.

Wil je erbij zijn? Meld je dan aan via
www.vrijwilliggroen.nl/14200

Met groene groet, Team Dialoogdag

De Dialoogdag wordt georganiseerd in samenwerking met: provincie Noord-Holland, Amsterdamse Bos, Goois Natuurreservaat, IVN Natuureducatie, Landschap Noord-Holland, Natuur en Milieufederatie Noord-Holland, Natuurmonumenten, PWN, Recreatie Noord-Holland, Recreatieschap Westfriesland, Staatsbosbeheer en Waternet

september 2025



Meer informatie en aanmelden: www.vrijwilliggroen.nl

09.30 Ontvangst

inschrijven voor workshops en excursies

10.00 Opening

- Welkom
- In gesprek met Gedeputeerde Rosan Kocken (Klimaat en Energie, Natuur en Landschap, Water en Bodem en Klimaatadaptatie)
- Lezing: "Gezondheid begint bij biodiversiteit" - door Marco van Es



**Amsterdamse Bos
Beheerkantoor**
Nieuwe Meerlaan 3
1182 DB Amstelveen

11.30-12.30 Workshops

- 1.1 Workshop Soortenrijk
- 1.2 Sessie Marco van Es
- 1.3 Sprekkuur Landschap Noord-Holland
- 1.4 Op excursie met IVN Amstelveen
- 1.5 Verplaats je in het routenetwerk van de toekomst
- 1.6 Co-creatie Stem van de Natuur
- 1.7 Onderhoud en Beheer Amsterdamse Bos

13.30-14.30 Workshops

- 2.1 Workshop Basiskwaliteit Landschap
- 2.2 Workshop Soortenbescherming in de wet
- 2.3 Sprekkuur Landschap Noord-Holland
- 2.4 Lezing: Tien jaar Tiny Forest
- 2.5 Workshop De Kracht van Verbondenheid
- 2.6 Co-creatie Stem van de Natuur
- 2.7 Gezond natuur wandelen

14.45-16.30 Excursies

- 3.1 Rondvaart met de fluiserboot: Ontdek het Amsterdamse Bos vanaf de kronkelige wateren
- 3.2 Onderhoud en Beheer Amsterdamse Bos
- 3.3 Fiets excursie Amsterdamse Bos
- 3.4 Wandelexcursie Amsterdamse Bos
- 3.5 Op excursie met IVN Amstelveen
- 3.6 Gezond natuur wandelen



De Groene Zegge

IVN Amstelveen - september 2025



Kees Torn wonderen der natuur

Dolfijnen redden drenkelingen
Vlooiën kunnen prima springen
Vogels kunnen zingen
En ze komen uit een ei

Piranhas hebben sterke kaken
Bijen kunnen honing maken
Herten lekker smaken
En ze hebben een gewei

Pantoffeldiertjes eten weinig
En ze kijken nooit chagrijnig
En ze sloffen geinig
Met zijn allen in het rond

Parkieten hebben scherpe klauwen
Beveren kunnen dammen bouwen
Runderen herkauwen
Maar mijn broertje wil een hond

Jaap Bakker, redactie, Kees Torn. *Mooie Boel. De definitieve selectie uit zijn teksten*, Nijgh & Van Ditmar, Amsterdam 2023.

Inhoud

- 2 **Van het bestuur
Dialogdag**
- 3 **Wonderen der natuur**
- 4 **Vogelstrip uit Spanje**
- 6 **Zomerpuzzel**
- 7 **Insectenwerkgroep Schinkelbos**
- 8 **Insectenaardigheidje**
- 9 **De brandnetel**
- 11 **Waarnemingen**
- 12 **Hoop in de Hoep**
- 13 **Spaanse waarnemingen**
- 14 **Van de penningmeester
Sudoku**
- 15 **Coördinatorten**

De jonge blauwe ekster

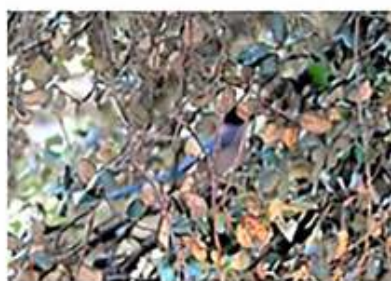
Eigenzinnige blauwe ekster

Blauwe eksters in de tuin, wij zijn in de Extremadura (Spanje). Het is lente en als er een verwilderde kat in de tuin is, komen er zo'n 20 eksters op af, veel krijzen en wat schijnaanvallen naar de kop. De kat is niet onder de indruk. Klimt de kat in de boom, dan wordt de opwindning nog groter. We vermoeden een nest, maar zien het niet.

Begin van de avond ziet Romy iets in het gemaaide gras.



Blijkt een jong. De ouders gaan het voeden. Op de grond is niet veilig met die katten, dus terug in de boom.



De ouders komen weer voeden, toch gaat de kleine weer naar de grond. Nu op wat stevigers neergezet.



De eigenwijs komt weer naar beneden, en loopt moedig weg.

Een vogelstrip uit Spanje

Twée dagen later ziet Romy opnieuw activiteiten. Het jong is nu een stuk vitaler, er wordt zelfs op de boom geklommen.



En dan wat piepen en afwachten.



Voor de liefhebbers van een happy end: tot hier dan. Voor de cynici: het zal een broertje of zusje zijn.

Wim Meinhardt

Mei 2025

De Grote Groene Zegge Zomerpuzzel

Het is technisch gesproken nog zomer, dus het kan nog net. Hieronder 10 citaten over de natuur. Aan u de taak om de juiste schrijver bij het citaat te plaatsen. Dit zijn de namen van de schrijvers:

Jacques Bloem	Maarten 't Hart
Godfried Bomans	John Jansen van Galen
Cees Buddingh'	<i>Vrij Nederland</i>
Midas Dekkers	Heleen van Royen
Jan Greshoff	Koos van Zomeren

Geen inzendingstermijn, geen prijzen, alleen pret bij het oplossen.
Met dank aan Mats Beek!

De oplossing staat elders in deze Zegge.

1. Bent u zo iemand die in de natuur alleen ziet wat er niet meer is?
2. Je hebt natuurlijk de natuur en die is ook wel mooi, daar niet van, maar na vijf en een halve dag ben ik tot de ontdekking gekomen dat de omtrek van Haarlem veel mooier is. Ik zal dat hier niet hardop zeggen, maar het is wel zo. En dan: ik ben niet zo'n erg natuurmens. ik beschouw de natuur meer als de afstand tussen twee steden.
3. Grappig: we hadden een maakbare samenleving in een niet-maakbare natuur en nu is het andersom: een maakbare natuur in een niet-maakbare samenleving.
4. Nog steeds krijg je van christenen regelmatig te horen dat de natuur zo wondermooi is en getuigt van Gods grootheid en goedheid. Ach, lieve mensen, de natuur is ronduit verschrikkelijk, de natuur is één groot lijden, de natuur is niets anders dan wreed doodgaan, bruut sterven of langzaam bezwijken. De natuur is: verslinden of verslonden worden. Wat is er 'zeer goed' aan een schepping waarin elk schepsel hetzij crepeert aan een vreselijke ziekte, hetzij omkomt in de muil van een ander schepsel? En kom alsjeblieft niet aandragen met het praatje dat een en ander het gevolg is van de zondeval. Geloof u nu echt dat de leeuw vóór de zondeval van andijvie en bruine bonen leefde?
5. Natuur is voor tevreden en of legen.
En dan: wat is natuur nog in dit land?
Een stukje bos, ter grootte van een krant,
Een heuvel met wat villaatjes ertegen.
6. De natuur? Ach, mooi rond je tweede huis, maar zou u er echt weer in een berehuid in rond willen dolen?
7. Nog steeds beschouwen zij de natuur als de volière van een vriendelijke poelier, die al die vogels voor de slacht nog even rond laat vliegen om ze zo lang mogelijk vers te houden. Een Fransman is dol op de natuur, mits smakelijk klaar gemaakt.
8. Als men de natuur verheerlijkt, moet men ten minste zo eerlijk zijn te erkennen dat men wreedheid, eigenbaat, blinde drift en het recht van de sterkste verheerlijkt. Natuurvrienden zijn mijn vrienden niet.
9. Er is geen natuur in Nederland. Elk bos is cultuurbos, de wouden groeien in landgoederen, aangekocht en gefatsoeneerd door Natuurmonumenten. Wat nog het meest op natuur lijkt, is het meest recent aangelegd: de namaaknatuur van de Gelderse Poort en de Blauwe Kamer, waar de natuur 'in ere hersteld' is, met van elders in gevoerde oerossen.
10. Ik houd niet van de natuur. Ik wil er niet naar toe, ik wil er niet dood in gevonden worden. De natuur is een vrouwonvriendelijk oord. Hoezeer je je best ook doet, het is praktisch onmogelijk om een lekker ding te zijn in de natuur.



zandoogje



dambordvlieg

INSECTENWERKGROEP

Excursie in het Schinkelbos



gitje

De Insectenwerkgroep van IVN Amstelveen bestaat zoals vermoedelijk wel bekend, uit een groepje trouwe gedienden die al decennialang stukjes natuur met name in de directe omgeving van Amstelveen bezoekt om samen te inventariseren wat er aan insecten valt te ontdekken. Sinds een paar jaar ben ik ook lid van deze groep en ik kan wel zeggen dat naast alle kennis die ik gaandeweg van hen over insecten heb opgestoken, het met elkaar altijd ook gewoon een aangenaam verpozen is. En dat ik elke keer weer helemaal blij word van en geïnspireerd word door de gedrevenheid en het enthousiasme waarmee ieder zijn bevindingen en wederwaardigheden omtrent, vóór of tijdens de excursie, gevonden insecten vertelt. Vanaf ongeveer half april tot in september vindt er elke maand op woensdagmiddag – want insecten zijn nu eenmaal vaak het meest actief tijdens het warme gedeelte van de dag – zo'n excursie van onze werkgroep plaats. In augustus was dit in het Schinkelbos. We hebben ons dit keer beperkt tot het middenpad dat openbaar fietspad is. Een aantal van onze leden maakt tijdens het inventariseren met welhaast professionele apparatuur altijd de meest mooie foto's. Het leek ons een goed idee om hun fraaie plaatjes regelmatig met jullie te delen. In deze Groene Zegge de bijdrage van 'onze' fotograaf Piet de Boer. We sluiten het seizoen altijd af met een avond in de Arc, waarbij leden van onze groep iets demonstreren of vertellen over een specifiek insect. Dit jaar staat deze gepland op woensdag 12 november. En ofschoon deze datum in eerste instantie bestemd is voor alleen de leden van onze werkgroep, zou het zomaar kunnen zijn dat we er een zogenaamde Natuurflits van gaan maken. Het is bij het schrijven van dit stukje nog niet bekend of dit gaat lukken. Maar als dit inderdaad lukt, dan is deze Natuurflits voor alle leden toegankelijk en zal dit uiteraard tijdig op onze website vermeld worden. Dus ik zou zeggen: houd de website in de gaten en de datum alvast in je achterhoofd!

Annemarie Kaffka



bladwesp



huiszebraspin



kustsprinkhaan



blauwooggrasmot

INSECTENAARDIGHEIDJE

De Keizersmantel

Het is misschien een beetje raar om mijn verhaal over de Keizersmantel te starten met een wederwaardigheid omtrent de Konings- en Koninginnenpage. Toch doe ik het omdat deze beide zo prachtige vlinders de voorlopers zijn voor het onderwerp van dit stukje. Het zit zo:

Twee jaar geleden tijdens mijn wandelvakantie hoog in de Pyreneeën werd ik verrast door het grote aantal Koninginnenpages aldaar. Het was werkelijk een lust voor het oog om deze feeërieke verschijningen met het opvallende staartje aan beide achtervleugels zo vrijelijk rond te zien fladderen. Het is met haar spanwijdte van 8-9 centimeter een van de grootste vlinders in Nederland, die doorgaans vrij rusteloos lijkt maar tijdens het verorberen van haar maaltje op voor- al venkel en wilde peen haar fraaie tekening makkelijk laat bewonderen. Ik schrijf met nadruk 'haar' om een reden die ik verderop zal onthullen.

Deze zomer bracht ik samen met mijn jongste dochter twee heerlijke weken door op een camping in la douce France waar ik tijdens hun basisschoolperiode bijna elke zomer eindeloze weken met beide dochters vertoefde. De camping ligt in de Drôme op zo'n 800 meter hoogte in de Vooralpen. En nu gedurende vele jaren erna roept deze dierbare plek ons van tijd tot tijd weer terug om er opnieuw te komen genieten van de bekende uitzichten en gelukkige herinneringen van toen op te halen. Dit jaar bij aankomst op het door ons gekozen 'emplacement' werden wij verwelkomd door twee majestueuze Koningspages. Wat een heerlijkheid om deze ook weer zo prachtige vlinders zomaar en op ons gemak te kunnen bekijken. Het bleken niet de enige twee exemplaren te zijn want waar we ook liepen op de camping en elders kwamen we ze in groten getale tegen. Op sommige lavendelstruiken wel tien tegelijk. Zelfs al baantjes trekkend in het zwembad werd ik regelmatig door deze fraai gekleurde en geruisloze mini-Concordes begroet.

Omdat ik beide keren op vakantie was, heb ik niet meteen de moeite genomen om ter plekke verdere informatie over deze vlinders op te zoeken. Mijn reisgenoten moeten al vaak genoeg even -of beter gezegd: langdurig- geduld hebben omdat ik zo nodig weer een foto van flora of fauna wil maken. Ik heb daarom beide vakanties gewoon genoten van het waarnemen van alles en van de Koningspage helaas niet eens een enkele foto gemaakt. Het enige wat mij wel opviel, was dat ik in Spanje alleen de Koninginnenpages ontwaarde en in Frankrijk alleen de Koningspages. In gedachten heb ik mij toen wel een paar keer in stilte afgevraagd: waarom zie ik ze op beide plekken niet sámen? Want ... en nu komt het ... : ik heb tot nog niet zo lang geleden altijd gedacht -durf het bijna niet te zeggen- dat de Koningspages de mannetjes van de Koninginnenpages waren ...! En de Koninginnenpages de gelijkwaardige eega's van hun Koningen...! Gezien hun naamgeving in combinatie met hun opvallende lichtgele basiskleur, hun staartpunten met blauwe rondjes en beide zo -weliswaar heel verschillende- markante zwarte tekening had ik deze twee als vanzelfsprekend als setje aan elkaar gekoppeld. Een heel prachtig setje, vond ik altijd en ... best wel een logische gedachte toch??? Het was werkelijk een verpletterende ontdekking dat dit dus helemaal niet klopt!



koninginnepage



keizersmantel

Wat beide vlinders desondanks gemeen hebben, is hun grootte, hun kleurenpracht (voor vogels een waarschuwing dat ze niet lekker smaken) en het feit dat ze in Nederland vrij zeldzaam voorkomen en op de Rode Lijst staan. De Koninginnenpage is zich de afgelopen jaren in bepaalde delen van Nederland enigszins aan het herstellen. Maar de Koningspage is een zwerver die slechts vijftig keer in ons land is waargenomen. Waarvan in de laatste jaren gemiddeld één exemplaar per jaar. Deze zeldzaamheid en vermelding op de Rode Lijst is mijn bruggetje naar de Keizersmantel. Ook deze vlinder staat op de Rode Lijst en was sinds 1980 zelfs geheel uit Nederland verdwenen. Sinds 2005 is deze soort gelukkig steeds vaker gezien, onder andere in de duinen. En laat ik ze daar, in de Amsterdamse Waterleiding Duinen, een paar dagen geleden op een paar plekken ineens en voor mij voor het eerst, ontdekken

. Ze zijn echt niet te missen want groot, prachtig oranje en in grote bogen heen en weer fladderend. Ik had zelfs het genoegen om een vrouwtje en mannetje langdurig te kunnen volgen, die uitgebreid de tijd namen om hun voortplanting een eerste aanzet te geven. Innig verstrengeld vlogen ze eindeloos lang in hoog tempo opwaartse cirkels en daalden ze vervolgens neer in het gras waar ik hun liefdesspel rustig kon aanschouwen. Om daarna ongestoord hun zelfde patroon steeds te herhalen.

Mijn hart maakte een sprongetje! Hun vliegtijd is eind juni-begin september en in slechts één generatie dus wat een mazzel dat ik ze zag. Ze voeden zich met honingdauw en met de nectar van planten die in de bosrand groeien, zoals Koninginnenkruid en Distels. Dit klopte precies met waar ik ze vond. Het vrouwtje legt haar eitjes niet op de waardplant maar op 1 tot 1,5 meter hoogte op de schors van een boom die vlak bij een groepje viooltjes groeit, het exclusieve voedsel van het kieskeurige rupsje. Dit kleine rupsje komt eind augustus uit en overwintert -nuchter- op de schors tussen de mossen. Pas in het voorjaar kruipt het naar de viooltjes en begint ze te eten. Vervolgens verpopt het zich aan een takje dat uit de strooisellaag steekt.

Helemaal blij en opgetogen terug fietsend naar huis ontspon zich spontaan het thema voor mijn stukje kopij. Tenslotte had ik eerst de in Nederland spaarzame Koninginnen mogen begroeten, vervolgens de nauwelijks aanwezige Koningen en nu afsluitend ook nog eens de voorzichtig opkomende Keizers. Hoe machtig mooi is dat!

tekst en foto's Annemarie Kaffka

Waardering voor de brandnetel

Met de natuurkofferwerkgroep gaan we één keer per maand met de deelnemers van het Odensehuis naar buiten, meestal naar een van de parken in de omgeving. Het Odensehuis is een ontmoetingsplaats voor mensen met een beginnende vorm van vergeetachtigheid. Het gaat dan vooral om de beleving van de natuur en het stimuleren van de zintuigen. Voor dagen dat het uitstapje wegens gebrek aan vervoer of door het weer niet door kan gaan, hebben we een binnenprogramma.

Zo heb ik een presentatie gemaakt over wat de natuur ons te bieden heeft en heb dit uitgewerkt voor de brandnetel. Voor mij was het heel inspirerend en dat wil ik graag met de lezers van de Groene Zegge delen. Ik had nog nooit goed naar een brandnetel gekeken, wel gevoeld. Onbemind maakt onbekend.

Waar denk je in eerste instantie aan bij brandnetels? Vrijwel altijd hoor je als antwoord op die vraag dat ze prikken, dat je er jeuk van krijgt, dus vervelende planten om maar het liefst te negeren. Sommigen weten ook dat je er soep van kunt maken en dan houdt het meestal op.

Als je geprikt bent door een brandnetel is het goed te weten dat de natuur daar ook een oplossing voor heeft. In de buurt van brandnetels staan bijna altijd planten die verzachtend kunnen werken tegen de jeuk, bijvoorbeeld weegbree, hondsdrif of paardenbloem. Pluk een blad van zo'n plant, kneus dit en wrijf het over de jeukende plek. Dit werkt verzachtend. Je kunt ook brandnetels aanpakken zonder gestoken te worden. Een brandnetel heeft brandharen onder de bladeren, die staan in één richting. De jeuk ontstaat door een gifstof die vrijkomt als die haren geknikt worden. Strijk je over de steel van beneden naar boven en over het blad vanaf de steel, dan breek je die haren niet en krijg je ook geen jeuk.

Brandnetels hebben geen opvallende bloemen, maar als je goed kijkt, zie je dat ze verschillende bloemen hebben. Er zijn mannelijke en vrouwelijke planten. Ze zijn dus tweehuizig. Dat zit ook in de wetenschappelijke naam *Urtica Dioica*. Dioica betekent tweehuizig. De mannelijke bloempjes zijn lichtgeel en staan in recht afstaande trosjes. De bloempjes van de vrouwelijke planten zijn groen en staan in hangende kluwens.

Brandnetels hebben een belangrijke rol in de natuur. Ze zijn waardplanten voor veel vlinders. Vlinders zijn heel kieskeurig waar ze hun eitjes leggen. Vlinders als de atalanta, grote vos, dagpauwoog, gehakkelde aurelia leggen hun eitjes alleen op brandnetels en hun rupsen leven dus op de brandnetel.



gehakkelde aurelia

foto Jeannette Schenk

Textiel en touw

Textiel en touw kunnen gemaakt worden van diverse planten, maar waarschijnlijk is de brandnetel één van de eerste planten geweest. Die waren al voorhanden voordat mensen gewassen gingen verbouwen.

Hans Christian Andersen, de Deense sprookjesverteller, kende ook de functie van brandnetel voor textiel. In het verhaal 'De wilde zwanen' worden elf broers veranderd in zwanen. Hun zus wil hen graag als mens terug. Ze wordt daartoe op de proef gesteld en krijgt de opdracht om brandnetels te verzamelen en daar hemden van te weven. Als ze die om de zwanen weet te gooien, zullen deze terug veranderen in haar broers. Ze is al veroordeeld tot de brandstapel. Als het haar toch lukt de hemden af te krijgen en krijgt ze haar broers terug. Een hele klus als je weet dat voor één hemd zo'n 40 kg brandnetels nodig zijn.

Tijdens de eerste wereldoorlog werd bij gebrek aan katoen, brandneteltextiel ook gebruikt als hemd voor soldaten. Meer bekend is het neteldoek, ook gemaakt van brandnetelvezels, en nog steeds verkrijgbaar. Dit werd lange tijd gebruikt in de huishouding, voor het zeven van fruit, en bij de kaasmakerij. Door de structuur van het doek kan het vocht gemakkelijk uitlekken.

Geneeskracht

Brandnetels bevatten grote hoeveelheden werkzame stoffen en werden daarom van oudsher ingezet voor diverse kwalen zoals jicht, urineweginfecties, hooikoorts, eczeem en nierproblemen. Ze hebben een reinigende werking en verhogen de weerstand. Veel van deze oude toepassingen worden niet door hedendaags wetenschappelijk onderzoek ondersteund. Wel is er enig wetenschappelijk bewijs dat bevestigt dat olie van brandnetelzaad het afweersysteem kan ondersteunen.

Brandnetelzalf is bij speciaalzaken verkrijgbaar. Dit helpt bij jeuk, insectenbeten en grappig genoeg ook tegen jeuk van brandnetels. Ook zijn allerhande drogisterijproducten op basis van brandnetels verkrijgbaar, denk aan shampoo en zeep.

Voedingswaarde

Brandnetels zijn rijk aan onder andere ijzer, vitamine A, C en K en mineralen. Door deze rijke voedingswaarde kunnen ze ook bijdragen aan een betere algehele gezondheid, inclusief versterking van het immuunsysteem en verbetering van de bloedcirculatie. In de Tweede Wereldoorlog werden ook ten tijde van voedselschaarste brandnetels gegeten. Door het woekerende karakter van hun wortelstelsel zijn ze niet geschikt voor de hedendaagse landbouwmethoden. Brandnetels zijn heel geschikt om thee van te zetten en te verwerken in soep, pesto en salades.

Tot slot worden brandnetels ook gebruikt als natuurlijke kleurstof. Het levert een grijs-groene kleur.

Ik heb door me hierin te verdiepen meer waardering gekregen voor deze plant, al zie je er soms mede als gevolg van de CO₂-rijke lucht, soms wel erg veel. Ik heb zelf wat brandnetels in een hoekje van de tuin gezet voor de vlinderrupsen. Dat had je me een aantal jaren geleden niet moeten vragen.

Ina Wisselink



atalanta

foto Piet de Boer

Waarnemingen

Juni. Deze **waarnemingen** begint bijzonder: de vogelwerkgroep gaat voor een lang weekend naar Drenthe om daar het 30 jarig bestaan van de werkgroep te vieren. In Wateren vinden we onderdak voor 12 mensen, 2 minder dan gepland. Het wordt een prachtig weekend, niet qua weer want de regenpakken moesten af en toe wel aan, maar toch. We zien 100 soorten vogels waaronder de nachtzwaluw, gehoord en gezien. Op de Zwartemeerdijk horen we de grote karekiet, niet gezien vanwege de harde wind. Bij De Auken zien we alle reigers. In Diependal de roerdomp en wilde zwanen, in het bos van Fochteloërveen horen we zwarte specht en zien en horen we de zomertortel. Nog eens, een prachtig weekend. Voor de inwendige mens was door de deelnemers zelf heel goed gezorgd, Weer thuis: een kleine mantelmeeuw broedt op het dak van de buurflat, er zijn 3 kuikens die af en toe te zien zijn. Maar wat maken die beesten een lawaai! En een ander punt, de ouders vallen wandelaars aan die met hun hond achter de flat lopen. Er landde zelfs een meeuw op het hoofd van een wandelaar. Die vond dat niet leuk. Hun roep is ook wat raar, ze roepen au, au, au. Bezoekers vroegen zich af of er iemand gewond was. Ik maak een rondje Elsenhove: er is een ijsvogel gespot. Niet gevonden, wel oeverzwaluwen, vink, roodborst, merel, tijaftjaf en zwartkop. De oeverzwaluwen vlogen wat rond maar gingen niet naar de oeverzwaluwwand. Dit is wel een heel raar jaar. Er is niet of nauwelijks gebroed in onze wand. Op 17 juni gaan we gierzwaluwen tellen. De gierzwaluwen zijn druk en er wordt af- en aan gevlogen. In het A'damse bos zien we gigantisch grote platte tonderzwammen; een aantal zo groot als een stoelzitting, verder paarse russula's, vink, zwartkop, zingende zanglijster, winterkoning en roodborst.



merel

foto Marga Ronhaar

Jaap en ik gaan naar het Lauwersmeer voor een midweek. Drie dagen zon! Het eerste cadeautje is een gekraagde roodstaart met jongen in de tuin. Ezumakeeg is zoals bijna altijd feest: heel veel kluten, maar het aantal kemp-hanen was pas echt overweldigend, bijna allemaal nog in gevechtsskleding, wat een kleuren! Er waren dan ook continue schermutselingen. Op donderdag regent het de hele dag, jammer. We gaan naar Moddergat waar helaas niets te zien is. Op de terugweg via het Jaap Deensgat waren er casarca's, die hadden we nog niet.

We hadden trouwens alle dagen ook een tijaftjaf met jongen in de tuin, bij vertrek zagen we nog een zwarte roodstaart.

In het A'damse bos hoor ik zwartkoppen. Of hij vliegt met ons mee of er zijn er gewoon nog veel aanwezig.

Juli. De jonge mantelmeeuwen op de buurflat zijn vlieg-oefeningen aan het doen. 's Avonds laat sta ik even op mijn balkon. Plots vliegen er 2 heel kleine vleermuisjes vlak langs, ze komen terug en vliegen dan weer verder. Niet eerder gezien. Leuk!

Ik word wakker met zang van de merel én zanglijster. Het is geen duet maar wel heel erg fijn wakker worden. De jonge mantelmeeuwen wachten op voedsel en maken dat luidruchtig kenbaar. Op 8 juli gaan we weer gierzwaluwen tellen. Dat valt erg tegen, ze zijn nauwelijks aanwezig en er worden maar een paar extra bezette nesten aangekruist.

In de wijngaard regent het, ik hoor een tijaftjaf en later in de ochtend de groene specht. Het is inmiddels juli en nog steeds hoor ik de zanglijster rustig zingend in de buurt. Ook een zwartkop is nog actief.

Een van de jonge mantelmeeuwen vind ik doodgereden op straat. Eén van de ouders staat op het dak en kijkt naar het dode jong. De geluiden die hij of zij maakt kan ik niet omschrijven. Ik ga naar buiten met plastic handschoenen en een plastic tas. Ik raap de vogel op en breng hem weg. De oudervogel op het dak verdwijnt.

Op 16 juli zie ik 2 ijsvogels vliegend boven het water in het A'damse bos. Ik werd daar heel blij van!

Op 18 juli belt mevrouw Logger uit de St. Josephlaan dat er weer heel veel gierzwaluwen in de straat zijn. Ze zag zelfs nog een invlieger. Op 23 juli belt zij nog eens, nu om te vertellen dat alle vogels vertrokken zijn. Sinds 20 juli heeft ze geen vogel meer gezien.

In het A'damse bos hoor ik nog steeds zwartkop, merel en vink. En een fuut in het water, hij moppert wat, daar lijkt het een beetje op.

In de wijngaard vinden we een kraai die met zijn poten verward is geraakt in de metalen draden. Hij hangt met zijn kop naar beneden. Een van de mensen pakt hem vast en een ander maakt de poot los. Ik was verder weg in de wijngaard en kwam te laat om te kunnen helpen. We laten hem liggen om hem bij te laten komen. Een uurtje later zien we hem lopen, hij valt af en toe met zijn kop in het gras maar het lopen gaat goed. De linkervleugel lijkt wat beschadigd. Weer wat later is hij verdwenen. Toch nog goed gekomen. Dat krijg je er van als je gaat snoepen van andermans druiven.

Augustus. Ondanks hevige regen op woensdag en zaterdag blijven de merels zingen. Bijzonder! Het wordt wat saai buiten. Ik hoor een enkel piepje in het A'damse bos, zie wat merels rondscharrelen maar verder is er niets te beleven. Zelfs op het water is niets te zien.

Marleen Andriessen

Hoop in de Hoep – grap mondt uit in bioscoopfilm

Een luchtige natuurdocumentaire onder de rook van Amsterdam

Na een carrière switch op latere leeftijd heb ik 12 zorg- en welzijn documentaires gemaakt, maar altijd met positieve insteek. Twee jaar geleden wilde ik het rustiger aan doen, niet wetende dat een klein filmpje over de natuur, eerst als grap bedoeld over de Ronde Hoep, uitgroeide tot een bioscoopfilm van 90 minuten. Dat is al een verhaal op zich.

Natuur filmen was geheel nieuw voor mij. Erg lastig als je ongeduldig bent en na 150 dagen filmen, 315 opnames met 12 camera's komt er een film van 91 minuten.

Vanaf 2 oktober gaat hij landelijk de bioscoop in. Te beginnen in Cinema Amstelveen. En dit terwijl er al genoeg natuurfilms zijn! Daarom wilde ik het anders.

- Ik wilde een onafhankelijke productie, met onbezoldigde tijd van mijzelf, met een klein budget om apparatuur en derden te kunnen inhuren
- De film maak ik samen met mijn vrouw en twee zonen, allen filmmakers
- En...de meeste natuurfilms bevatten vaak geluid en beeld uit hele andere regio's. Daarom wilde ik een film met 100% eigen beeld en natuurgeluiden. En dat is gelukt
- Veel natuurfilms zijn serieus en daarom wilde ik ook wat luchtigheid.

Indien mogelijk wil ik graag mijn bijzondere verhaal kwijt in jullie blad.

Samenvatting film

De Ronde Hoep, ooit een ~~veenbos~~ is inmiddels een open weidegebied, ideaal voor vogels. De rust trekt veel stedelingen aan. Alleen... je mag er niet in. Amsterdammers kennen dit stiltegebied dan ook vooral als het populairste fietsrondje van de stad.

De film is geen gewone natuurdocumentaire. Hoofdpersoon is de Ronde Hoep zelf. Daarom komen de vogels en ook de mensen nadrukkelijk in beeld. De boer, fauna-expert, boswachter, vogelaar en de recreant – ze hebben allemaal een bijzondere band met dit historische veenweidegebied.

Voor informatie over het hele project zie <https://www.pimgiel.nl/hoop-in-de-hoep/>



Spaanse waarnemingen

De aankondiging van het Rondje Noord-Holland brengt me met zekere jaloezie weer even terug in Nederland. Bij het begin van de najaarstrek is bij Den Helder en Den Oever - zeker bij gunstig tij - natuurlijk altijd wat bijzonders waar te nemen. Maar voorlopig zit ik nog zo'n 1200 km zuidelijker. Eén keer in de week ga ik naar mijn mini getijdgebiedje Plaiaundi bij Irun om de vogeltrek daar bij te houden en met mijn waarnemingen in de afgelopen jaren te vergelijken. Volgens de vogelaars hier zijn de eerste 60 lepelaars alweer voorbij gekomen.



visarend

foto Jenny Breij

De vaste visarend, die hier vaak tot april 'overwinterde' is er nog niet. Af en toe komt er een langs. Er zijn weer wél steenlopers, naast de vaste overzomeraars regenwulp, groenpootruiter, witgat en veel oeverlopers. Zelf mocht ik het afgelopen maandag doen met een krombekstrandloper en een zilverplevier. In het Spaans heet die grijze plevier, want 's winters is hij hier vaker en dus grijs, maar deze moest nog aan de najaarsrui beginnen en wat een schoonheid is het dan. Met recht een zilverplevier. Wat het kleine spul betreft hoor ik in de struiken weer de bonte vliegenvangers en zag er zelfs één op een draad naast een grauwe. Stillere voorbijgangers waren een grasmus en een nachtegaal. Zeker in deze tijd valt er altijd weer wat nieuws te beleven. Maar dat weten jullie natuurlijk ook.

Een mooie excursie en tot half september.

Groet uit San Sebastián
Hans Koster



grauwe vliegenvanger

foto Marry de Boer



grasmus

foto Marga Ronhaar

Oplossing zomerpuzzel

1. Vrij Nederland, Terzijde, 8 februari 1997.
2. Godfried Bomans, Werken I, blz. 783, Dagboek van Rottumerplaat, woensdag 14 juli 1971.
3. Koos van Zomeren, De bewoonde wereld, blz. 264, Onze maakbare natuur.
4. Maarten 't Hart, Wie God verlaat heeft niets te vrezen, blz. 11/12.
5. J.C. Bloem, De Dapperstraat (fragm.), Domweg gelukkig in de Dapperstraat, C.J. Aarts en M.C. van Etten, blz. 192.
6. C. Buddingh', Are we down-hearted? Not we! (fragm.), Het houdt op met zachtjes regenen, blz. 21.
7. Midas Dekkers, De baviaan en andere beesten, blz. 70, De vogel.
8. J. Greshoff, Nachtschade, blz. 97.
9. John Jansen van Galen, De luxe van de leegte, Weg van Nederland, blz. 11
10. Heleen van Royen, De gelukkige huisvrouw, blz. 10

Deze puzzel kon alleen maar gemaakt worden door het werk van Mats Beek uit Veenendaal, <https://www.schrijversinfo.nl/n.html> ©2024

Contributie, giften en ledenadministratie

Lidmaatschap

IVN Amstelveen kent leden, huishoudleden en gastleden. Als je lid bent, ben je zowel lid van IVN Amstelveen en IVN landelijk.

De contributie voor het lidmaatschap kost € 25 per jaar, waarvan de helft naar de afdeling Amstelveen gaat en de andere helft naar IVN landelijk. Hiervoor krijgen leden uitnodigingen voor bijeenkomsten en het blad Mens en Natuur van IVN landelijk en Groene Zegge van IVN Amstelveen. Daarnaast krijgt een lid kortingen op cursussen.

Gezinsleden betalen € 12, waarvan € 10 naar de afdeling Amstelveen gaat. Zij ontvangen de bovengenoemde bladen niet.

Gastleden zijn leden die ook lid zijn van een andere IVN afdeling; zij betalen € 15.

Als leden een hoger bedrag betalen dan de standaardcontributie komt dit geheel ten goede aan de afdeling.

Donateurs

IVN Amstelveen kent ook donateurs. Dit zijn personen die zich betrokken voelen bij de afdeling en de afdeling willen ondersteunen. Zij ontvangen het kwartaalblad Groene Zegge en uitnodigingen voor bijeenkomsten. Donateurs betalen minimaal € 15. Een hoger bedrag komt geheel ten goede aan de afdeling.

Periodieke schenking

IVN Amstelveen is een ANBI. Dat betekent dat periodieke giften volledig aftrekbaar zijn van de belasting. Die aftrekbaarheid is gebonden aan een aantal voorwaarden. Zo moet iemand die periodiek schenkt, dit minimaal 5 jaar achter elkaar doen met jaarlijks hetzelfde bedrag. En dit is vastgelegd in een schriftelijke overeenkomst met de vereniging. Overweegt u dit te doen of wilt u hierover meer informatie, neem dan contact op met de penningmeester, penningmeester@ivnamstelveen.nl.

Aanmelden voor lidmaatschap of donateur

Mensen die lid of donateur van onze afdeling willen worden, kunnen zich aanmelden via de website: www.ivn.nl/afdeling/amstelveen. Het lidmaatschap duurt minimaal één jaar. Het lidmaatschapsjaar loopt van de datum van inschrijving tot dezelfde datum in het daarop volgende jaar. Het lidmaatschap wordt steeds automatisch verlengd met één jaar. Een lidmaatschap kan jaarlijks worden opgezegd tot zes weken voordat het lidmaatschap afloopt.

Het donateurschap loopt per kalenderjaar en hiervoor wordt de contributie jaarlijks eind januari geïnd.

Adreswijzigingen en opzeggingen

Opzeggingen of wijzigingen in adres of lidmaatschap kunnen worden doorgegeven aan de penningmeester via penningmeester@ivnamstelveen.nl.

Bankrekeningnummer

Het rekeningnummer is NL 57 TRIO 0320 6724 76 t.n.v. IVN Amstelveen.

Ina Wisselink

Penningmeester / ledenadministratie

IVN Lettersudoku juni 2025

		T	J		U	C	R	
	R						A	J
	C	K			T			
		I	U		K			A
					F	J		R
	F		C					
	T			K		F		
I	K		F			A	U	

A C F I J K R T U

Tabel van de IVN lettersudoku zo invullen, dat elke rij, elke kolom en elk 3x3 blok alle letters bevat die onder de lettersudoku staan.

Boekhandel Blankevoort

Rembrandtweg 649-651 ☎ 1181 GV Amstelveen
020 6455694 📧 boekhandelblankevoort@planet.nl

Caspar Janssen

Aard van het beestje

Tien seizoenen lang reisde **Caspar Janssen** naar bos, heide, akker, berm, weiland, beek, rivier, kust, duin, moeras en zijn eigen Amsterdamse balkon, en observeerde honderd verrassende, geliefde, maar ook onbekend-onbeminde beestjes in hun leefomgeving. Het levert in dit boek niet alleen een fascinerende schatkist aan krikelende, vliegende, dribbelende en zoemende portretjes op, schitterend geïllustreerd door **Margot Holtman**, maar ook een groter verhaal over de staat van en onze omgang met het Nederlandse landschap. **Winnaar Natuurboekenprijs 2024!**



Paperback, 336 pagina's.

€ 29,99

Kom langs in de winkel of maak € 31,99 (prijs + bijdrage porto) over op NL12 INGB 0007 2780 05 t.n.v. Boekhandel Blankevoort o.v.v. 'Aard van het beestje'.

Vergeet niet uw naam en adres te vermelden.

Coördinatoren

Rondleidingen

Henk Breij : rondleidingen@ivnamstelveen.nl

Natuurkoffer

Ina Wisselink : natuurkoffer@ivnamstelveen.nl

Paddenstoelencursus

Jenny Breij : 020- 6410179

IVN stand

Bas ten Asbroek : kraam@ivnamstelveen.nl

Natuurgidsencursus

Info bestuur

Vogelcursussen

Ellen Sijbring

vogelcursus@ivnamstelveen.nl

Bomenwerkgroep

Huub Vergeer:

bomenwerkgroep@ivnamstelveen.nl

Insectenwerkgroep

Annemarie Kaffka:

insectenwerkgroep@ivnamstelveen.nl

Natuurfotografiewerkgroep

Saskia Persoon: fotowerkgroep@ivnamstelveen.nl

Paddenstoelenwerkgroep

Henk Breij: paddenstoelenwerkgroep@ivnamstelveen.nl

Plantenwerkgroep

Henk Glas: plantenwerkgroep@ivnamstelveen.nl

Vogelwerkgroep

Robert Bakker: vogelwerkgroep@ivnamstelveen.nl

Weidevogelbescherming

Aad van Paassen:

weidevogelwerkgroep@ivnamstelveen.nl

PR

Diana Dobrosch

d.dobrosch@outlook.com

Publiciteit

Bas ten Asbroek: 06-23250469

bas_ten_asbroek@yahoo.com

Redactie "de Groene Zegge"

Adri den Bakker: groenezegge@ivnamstelveen.nl

Redactie website

Jeannette Schenk

webmaster@ivnamstelveen.nl

Website

www.ivn.nl/afdeling/amstelveen

Wij zijn blij met uw kopij
Graag inleveren voor 10 november 2025
bij groenezegge@ivnamstelveen.nl

Foto voorkant: *Adri den Bakker – Icarusblauwtje*

Foto achterkant: *Elly Riemens – edelhert*

Colofon

De Groene Zegge is het mededelingen- en informatieblad voor leden en donateurs van IVN, Instituut voor natuureducatie en duurzaamheid, afdeling Amstelveen. Het blad wordt vier keer per jaar, aan het einde van het kwartaal gratis aan leden en donateurs toegezonden.

IVN is een landelijke vereniging van vrijwilligers die streeft naar meer natuur en een betere kwaliteit van het milieu. Zij doet dit door activiteiten op het gebied van voorlichting en educatie voor jong en oud, zoals excursies, cursussen, tentoonstellingen, enz.

Info: Hans Seijlhouwer, secretaris. Website: www.ivn.nl/afdeling/amstelveen.

Kopij aanleveren bij de redactie vóór de volgende sluitingsdata: 10/2, 10/5, 10/8, 10/11.

Teksten bij voorkeur getypt en niet opgemaakt. Redactie: Adri den Bakker (zie coördinatoren).

I.v.m. auteursrechten dienen overgenomen teksten e.d. te zijn voorzien van bronvermelding en de goedkeuring van de auteur. De redactie behoudt zich het recht voor teksten in te korten.

Drukker: Editoo B.V. Kazemat 28, 3905 NR Veenendaal, tel. 0857737742, info@editoo.nl, www.editoo.nl

