

# De Toorts

Kracht



**IVN Zuid-Kennemerland**

**Nummer 108  
November 2019**



## OVER DE TOORTS EN IVN ZUID-KENNEMERLAND

De Toorts is het blad van IVN Zuid-Kennemerland. IVN, Instituut voor Natuur-educatie en Duurzaamheid, is een vereniging van vrijwilligers die wil bijdragen aan een duurzame samenleving door mensen te betrekken bij natuur, milieu en landschap. Zo'n 20.000 ervaren vrijwilligers zetten zich actief in met educatie en voorlichtingsactiviteiten. Verspreid over Nederland heeft het IVN ruim 170 afdelingen.

### Bestuur

Wim Swinkels (voorzitter, telefoon 06.52788835), Petra Bürmann (secretaris), Peter Blondel (penningmeester, ledenadministratie), Martin Ettema (algemeen bestuurslid).

E-mail: [ivnzk.bestuur@gmail.com](mailto:ivnzk.bestuur@gmail.com); [ivnzk.peningmeester@gmail.com](mailto:ivnzk.peningmeester@gmail.com);  
[ivnzk.secretariaat@gmail.com](mailto:ivnzk.secretariaat@gmail.com)

Ledenadministratie: [ivnzk leden@gmail.com](mailto:ivnzk leden@gmail.com)

Bank: NL89TRIO 0198308728 (Triodos bank) t.n.v. IVN Zuid-Kennemerland te Haarlem

### Lid of donateur

IVN-leden zijn per definitie actief binnen de afdeling. Zij hoeven geen natuurgids te zijn, er zijn voldoende andere activiteiten waarbij mensen nodig zijn.

Mensen die het werk van het IVN een warm hart toedragen maar niet actief willen zijn, kunnen de afdeling financieel steunen. Er kunnen niet genoeg donateurs zijn! Mede door hun steun kunnen wij een groot publiek betrekken bij onze gratis educatieve activiteiten. De jaarbijdrage is voor leden minimaal €24 en voor donateurs minimaal €15. Leden en donateurs ontvangen driemaal per jaar De Toorts. Leden ontvangen bovendien het kwartaalblad 'Mens en natuur' van IVN Nederland.

### Werkgroepen

**Cursussen** Arend Reinink, [areinink1@gmail.com](mailto:areinink1@gmail.com)

**Duurzame Leefomgeving** Hans Kerkhoff, 023.5288577,  
[ivnzk.duurzaam@gmail.com](mailto:ivnzk.duurzaam@gmail.com)

**Excursies** Cor Vlot, 06.51397597, [cor@corvlot.nl](mailto:cor@corvlot.nl)

**Excursies op aanvraag** Ok Overbeek, 06.31305324,  
[ivnzk.excursies@gmail.com](mailto:ivnzk.excursies@gmail.com) (stuur een e-mail of een sms)

**Excursieplanner** Miranda Bosse, [mbosse@live.nl](mailto:mbosse@live.nl)

**Haarlemmermeer** Anneke Wegman, [annekesylvia@gmail.com](mailto:annekesylvia@gmail.com)

**Kinderen** Hans Smits, 023.5848789, [ivnzk.kinderen@gmail.com](mailto:ivnzk.kinderen@gmail.com)

**Lezingen** Carla Kleinpaste, 06.52535343, [ivnzk.lezingen@gmail.com](mailto:ivnzk.lezingen@gmail.com)

**Mediacontacten** Eliza Werthenbach, [ivnzk.publiciteit@gmail.com](mailto:ivnzk.publiciteit@gmail.com)

**Natuurinformatiecentrum Schalkwijk** Therese van Groeningen,  
023.5450082, [theresevangroeningen@planet.nl](mailto:theresevangroeningen@planet.nl)

**Natuurkoffer** Ans Boogers, [ivnzk.natuurkoffer@gmail.com](mailto:ivnzk.natuurkoffer@gmail.com)

**Natuurwerkgroep** Marc van Schie, 023.5351239,  
[ivnzk.natuurwerk@gmail.com](mailto:ivnzk.natuurwerk@gmail.com)

**Oeverwaluwen** Marcel Schalkwijk (Vogelwerkgroep ZK), 023.5636888,  
[jwmschalkwijk@gmail.com](mailto:jwmschalkwijk@gmail.com)

**Toorts** Jany van Dijk, [ivnzk.toorts@gmail.com](mailto:ivnzk.toorts@gmail.com), 06.55705935

**Toortsdistributie** Hennie Terpstra, 06.41388789,  
[terpstra.hennie@gmail.com](mailto:terpstra.hennie@gmail.com)

**Verreijkers voor excursies** Ok Overbeek, 06.31305324

**Website** Jan-Willem Doornenbal, Ok Overbeek, [ivnzk.webbeheer@gmail.com](mailto:ivnzk.webbeheer@gmail.com)

[www.ivn.nl/zuidkennemerland](http://www.ivn.nl/zuidkennemerland)

## INHOUD

Van de redactie	3
Paddenstoelendag	3
Van het bestuur	4
Nieuwe natuurgidsen	4
Straatje om met Marisca	5
Afscheid redactielid Esther	6
Habonde's kruidenhoek	7
Dood doet leven	8
Puzzelwinnaar Hennie Terpstra	9
Gebundelde krachten	10
Kracht van water	11
De kracht van observatie	12
Oersterk zaad	13
Dwarse bomen	14
Activiteitenprogramma	15
Puzzel	15



Foto: Hans Moolenaar

## Colofon De Toorts

Redactie: Femke van den Berg, Cas Botman, Jany van Dijk en Margo Slot.

Bijdragen van: Marisca van der Eem, Mariëlle Gerritsen, Arend Reinink, Ans Röling, Wim Swinkels en Hennie Terpstra samen met medecursisten Hans, Henk, Marry, Carla, Bonnie, Astrid en Noes.

Foto voorkant: Hans Moolenaar.

Druk: Editoo Arnhem ([editoo.nl](http://editoo.nl)); op papier 'Helo', met FSC-keurmerk.

De volgende Toorts verschijnt in februari 2020. Kopij graag uiterlijk 15 december digitaal aanleveren via [ivnzk.toorts@gmail.com](mailto:ivnzk.toorts@gmail.com)



## VAN DE REDACTIE

De herfst is in volle gang en levert mooie plaatjes op. Afgelopen week liep ik, zoals zo vaak, in de duinen en luisterde naar het burlen, dat van alle kanten klonk. De enorme klappen die tussendoor van botsende geweien te horen waren, maakten dat ik me klein voelde bij al dat natuurgeweld. Ja, ik weet het, er zijn veel en veel te veel damherten, maar van dat kabaal om je heen raak je toch wel een beetje onder de indruk. Daarbij maakten de herfstgeuren, de verkleurende bladeren en de hoeveelheid paddenstoelen bij mij de gebruikelijke verwondering los. Gelukkig maar, dat het respect en de verwondering voor de kracht die de natuur van zichzelf in zich heeft, bij mij de boventoon voeren.

Wij mensen zijn niet zo zuinig op het moois om ons heen. De aantallen vogels, insecten, vissen, zoogdieren en planten nemen schrikbarend snel af. Maar het is ook bekend, dat de natuur zich wonderbaarlijk snel herstelt. Zodra we de natuur de vrije hand geven, ontstaan weer gebieden waar binnen een paar jaar een gevarieerd bloemenaanbod bloeit, waar vogels en insecten zich weer voortplanten en waar wij mensen weer tot rust mogen komen.

Daarom hebben we als redactie bedacht om een nummer te maken waarin we juist die enorme herstellende kracht aan bod laten komen. Zo lees je artikelen over kruiden, over hoe de dood soms nodig is voor andere wezens om te overleven, over hoe sterk planten kunnen zijn, over dwarse bomen. In dit nummer geven we ook aandacht aan een markante sterke vrouw: Esther van den Braak heeft afscheid genomen van de Toortsredactie, en werd geïnterviewd over haar twaalf jaar Toorts-tijd.

Namens de redactie wens ik je veel leesplezier!

*Jany van Dijk,  
Eindredacteur*

## PADDENSTOELENDAG: EEN IMPRESSIE

Door Hans Smits



Hert in de duinen. Foto: Jany van Dijk

### Rectificatie

In de vorige Toorts is per abuis bij het artikel over de Regionale Vogeldag de naam van één van de fotografen niet vermeld. Dit was Margo Oosterveen.



## VAN HET BESTUUR

Onze onvolprezen redactie heeft weer een aansprekend thema bedacht, waarop je eindeloos kunt voortborduren.

Bij natuurkrachten denk ik zelf meteen aan de oerkracht van de elementen, maar ook aan de kracht waarmee plant en dier die weerstaan. Zo hebben sommige bomen een prachtige draai in hun stam die bijdraagt aan hun sterkte. Denk bijvoorbeeld aan de grove den in de duinwind.

Daarnaast zijn er ook de zachte krachten: de uitwerking die de natuur heeft op ons gemoed. Met belevings- en mindfulness excursies, de Natuurkoffer en de Gezond Natuur Wandelen activiteit haken we als IVN Zuid-Kennemerland daarop in. In de herfstvakantie en tijdens de Paddenstoelendag is de aantrekkingskracht te zien van paddenstoelen, diersporen en bodemdiertjes op kinderen.

De sterkte van het IVN ligt in het enthousiasme en de creativiteit om de harde en zachte natuurkrachten te herkennen en je eigen fascinatie over te brengen. Met een nieuwe groep natuurgidsen in opleiding winnen we als IVN-afdeling aan deze kracht.

*Namens het bestuur IVN Zuid-Kennemerland, Wim Swinkels, voorzitter*



Foto: Jany van Dijk

### Uit de IVN Groene Jaarkalender:

29 november Niet-Winkeldag  
5 december Wereld Bodem Dag  
7 december Nationale Vrijwilligersdag



Open dag Natuurcentrum Schalkwijk. Foto: Radboud Joosten

## START NATUURGIDSENOPLEIDING (NGO)



Enthousiaste cursisten en docenten.

Zaterdag 2 september begonnen 25 enthousiaste cursisten aan hun IVN Natuurgidsenopleiding (NGO). Zij worden begeleid door een studieteam bestaande uit Arend Reinink, Erna Schreuder, Berna van Baarsen, Ans Röling en Patrick Wokke. Aan de opleiding zullen ook andere IVN'ers een bijdrage leveren als gids, docent en coach. De cursisten worden zo tijdens hun opleiding al met de vereniging in contact gebracht wat de integratie in de afdeling moet bevorderen.

De afgelopen zeven maanden zijn de nodige voorbereidingen getroffen door het studieteam. Om landelijke erkenning van het diploma te verkrijgen, is een programma gemaakt van lessen, excursies en opdrachten die enerzijds passen bij de seizoenen en anderzijds de thema's behandelen die door het IVN zijn voorgeschreven. Vervolgens zijn de cursisten geworven, informatieavonden gehouden en kandidaten geselecteerd, wat een spannende bezigheid was.

Doordat in Thijsses Hof, waar de cursus gegeven wordt, niet meer dan 25 plaatsen beschikbaar zijn, hebben we velen moeten teleurstellen. Want terwijl bij de vorige Natuurgidsenopleiding slechts 30 aanmeldingen waren, waren dat er nu ruim 60. Er was zelfs buiten de regio belangstelling als gevolg van de vermelding van onze NGO op de website van het landelijk IVN. Bij de selectie werd het studieteam bijgestaan door een aantal ervaren gidsen van IVN-ZK.

Degenen die wel geselecteerd zijn, hebben dus alle reden om vrolijk te zijn nu ze hun grote wens kunnen realiseren. Op naar het diploma IVN Natuurgids eind januari 2021!

*Tekst: Arend Reinink  
Foto: Hans Smits*



Deze keer een wat ander “Straatje om” dan anders. Oorzaak? De kracht van de regenbuien en de storm die mij geregeld parten speelt als ik op pad wil gaan. In mijn werk-kamer en op het balkon staan overal schalen en kastjes met stenen en schelpen die door mij zijn meegenomen van het strand. Het is hun aantrekkingskracht die ik niet kan weerstaan. Dat zit bijvoorbeeld in de kleuren, de vormen, het onverwachte. Zoals een gebroken slakkenhuis waardoor de binnenste draaiingen goed te zien zijn.

Als beginnende natuurgids raapte ik alles op wat ik interessant vond om het van dichterbij te bekijken. Iets voor het eerst echt zien is een bijzondere belevenis. Het roert iets in je en bij mij is dat gebeven.

Neem nu een wulkenhuis in blauwtinten op het strand. Als vorm alleen al is het prachtig. Een gat aan de onderkant van een wulkenhuis wijst op vroegere inwoning van een heremietkreeft. Je ziet het in gedachten voor je: een wandelend slakkenhuis zonder slak.



Duurzame samenwerking.

Speurend langs de vloedlijn vond ik later een groter wulkenhuis, bruin en ruw: de ruwe zeerasp. De kleppen van de zeepokken zijn verdwenen en de kenmerkende witte kleur is ook bedekt met een laagje bruin.

Wat een samenwerking is dat eigenlijk op een paar centimeter. Dat is ook de kracht van de natuur: kun je het niet alleen, zoek dan een ander om samen te werken. Zo moet de heremietkreeft voor zijn zachte achterlijf bescherming vinden in bijvoorbeeld een wulkenhuis.

Maar als je groeit, wordt je huis te klein. Dus moet je op zoek naar een groter huis. Zo ontstaat een kettingreactie: de grootste heremietkreeft moet verhuizen en laat zijn oude wulkenhuis achter. Dat wordt direct in beslag genomen door een iets kleiner exemplaar. Dat ook weer zijn oude huis achterlaat en ook daar staat alweer een ander voor klaar, enzovoort. Zo kan in korte tijd

een hele rij heremietkreeften van huis verwisselen.

De heremietkreeft werkt ook samen met de ruwe zeerasp. Het zijn doorzichtige donsachtige witte of roze poliepjes die voedsel vinden door het bewegen van de heremietkreeft. De poliepjes vormen met hun netelcellen een bescherming tegen aanvallers. Na hun dood blijft er een bruine dode korst over en dat is na al die jaren nog steeds ruw.



Beschadigd maar prachtig.

Het is ook de kracht van de natuur dat mensen er door geboeid blijven. Mij boeit vaak het niet-perfecte, zoals een gebroken schelp. Ik laat me inspireren door de nieuw ontstane vorm. Dat is de grootste kracht van de natuur: iedere vorm is uniek en zelfs als de vorm beschadigd is, blijft er een andere schoonheid over. Iedere keer in het bos of op het strand word ik weer geboeid door de vormen, kleuren, geuren en geluiden.

*Tekst en foto's: Marisca van der Eem*



Onverwachts mooi!



## AFSCHIED REDACTIELID ESTHER

In de vorige Toorts was te lezen dat Esther van den Braak de redactie van de Toorts heeft verlaten. Esther heeft samen met Bertine Hagmeijer De Toorts in kleur opgericht. Daarna heeft ze zich twaalf jaar ingezet voor ons clubblad. Door middel van een gezamenlijk interview zetten we haar in het zonnetje.

Toen Esther pas in Haarlem woonde, wilde ze graag nieuwe mensen leren kennen. In 2007 zag ze een oproep voor de natuurgidsencursus, ze meldde zich wat twijfelend aan. "Er waren minder plekken dan aanmeldingen en ik zag zoveel natuurspecialisten! Mijn interesse was algemeen, ik kon alleen zeggen dat ik een voorliefde voor het strand had." Toevallig trof Esther in het kennismakingsgesprek een strandgids, waarmee het meteen klikte. "Ik was meteen enthousiast, een voltreffer!"

Esther's eindstage was bij De Toorts, waarvan ze samen met medecursisten een kleurenexemplaar ontwikkelde. Het eindresultaat werd met veel enthousiasme omarmd en de logische stap daarna was toetreding tot de redactie. Op de twaalf jaar die volgden kijkt Esther tevreden terug: "Het was zeker in het begin soms samen nachten doorhalen. We worstelden met het opmaakprogramma, met servers die platlagen, we wilden een zo goed mogelijk blad maken. Maar altijd heel gezellig." Het was fijn dat na een enquête bleek, dat de Toorts goed gelezen wordt en dat de kleurenuittgave erg wordt gewaardeerd.

Het strand is de favoriete plek van Esther. Als kind kwam ze daar al graag. Esther heeft nog steeds een focus voor het vinden van mooie en zeldzame dingen langs de vloedlijn. Haar ogen beginnen te glinsteren als ze vertelt over het vinden van een wenteltrapje. Op de vraag waar Esther heel blij van wordt, reageert ze dan ook met: "Kinder-strandexcursies." Ze gaf deze excursies altijd met veel plezier.



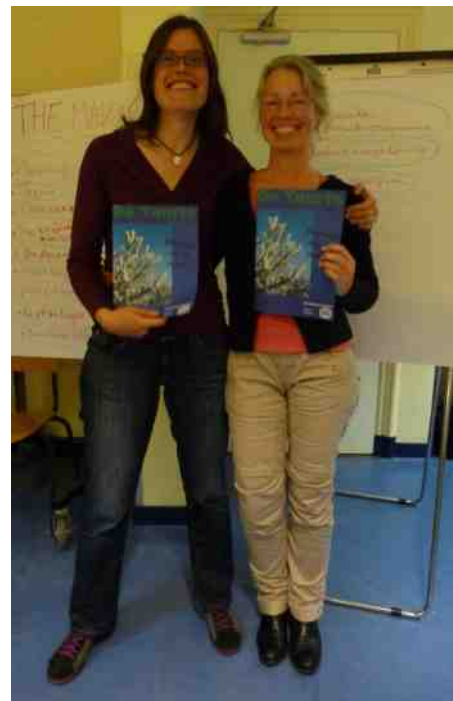
Heremietkreeftje. Foto: Esther v.d. Braak

Aan het eind van de excursie maakte ze samen met de kinderen een kunstwerk van het verzamelde afval. En een keer had ze vulken in haar jaszak gestopt voor thuis. Toen ze het voelde kriebelen bleek dat in een schelpje een heremietkreeftje zat! "Je kunt het ook tijdens een excursie in scene zetten door een schelpje voor een heremietkreeftje te leggen, waarna hij vaak zelf van schelp wisselt."

Haar zoon Florian is nu zeven jaar oud en net als zijn moeder gefascineerd door de natuur. Een favoriete plek van hun tweeën is Thijsse's Hof. Daar is altijd wel een bijzondere natuurbeleving.



Esther tussen de redactieleden. Foto: Jany van Dijk



Trotse redacteurs. Foto: Esther v.d. Braak

nis. Samen zagen ze al eens een reiger die acht dikke vette kikkers opat. "Hoeveel kikkers passen er eigenlijk in een reiger?"



Eten en gegeten worden. Foto: Esther v.d. Braak

Esther heeft een grote collectie natuurfoto's. Vooral de toevalstreffers doen haar ogen oplichten: "Ik schoot ooit aan het strand van Wijk aan Zee een foto van een zeemeeuw met een zester in zijn bek, prachtig!" De laatste tijd is ze bezig met het fotograferen van structuren op het strand.

Gelukkig voor De Toorts blijft ze foto's leveren, misschien ook af en toe een artikel. Het lijntje met IVN blijft sowieso, via excursies. "Maar eerst mijn baan, en de verbouwing, daarna zien we verder."

Tekst: Cas, Femke, Margo en Jany



## HABONDES KRUIDENHOEK – GEWOON ELFENBANKJE

**Nu de blaadjes zijn gevallen en de planten weer onder de grond verdwenen zijn, vallen de paddenstoelen weer op. Ik denk dat iedereen het gewoon elfenbankje (*Trametes versicolor*) wel kent. Al was het alleen maar omdat deze paddenstoel zo tot je verbeelding sprak in je kindertijd. Waarom past een bankje voor het elfenvolk zo goed bij het thema “Kracht (van de natuur)” van deze Toorts? Omdat in deze paddenstoel een grote geneeskracht schuilt.**

Het elfenbankje is een prachtige zwam die alleen op dood hout groeit. Het vruchtlichaam is half rond en bestaat uit bont gekleurde ringen. Zoals de tweede naam *versicolor* al aangeeft, kunnen de kleuren zeer divers zijn en variëren van wit, beige,

okergeel tot bruin en ook wel grijs tot paarsblauw en zwart. De buitenste rand van het elfenbankje is echter altijd wit. De vruchtlichamen groeien in groepjes en nemen de vorm aan van roosjes.

In Nederland worden paddenstoelen vooral geassocieerd met giftig zijn. In het Verre Oosten kijkt men daar heel anders tegenaan. Zo'n 700 medicinale paddenstoelen worden daar traditioneel al vele eeuwen toegepast vanwege hun weerstand bevorderende eigenschappen.

Wie kent niet de reishi? Thee van deze 'Goddelijke paddenstoel der Onsterfelijkheid' werd als levenselixier voorgeschreven aan de Chinese adel. Andere populaire medicinale paddenstoelen

zijn de chaga, de shiitake, de maitake (eikhaas) en de kawaratake: ofwel het elfenbankje!

In eerste instantie in China en Japan, maar tegenwoordig ook wereldwijd, wordt wetenschappelijk onderzoek verricht naar de werking van medicinale paddenstoelen op het menselijk immuunsysteem.

In Japan heeft dit ertoe geleid dat onder andere extracten van het elfenbankje al sinds 1980 worden gebruikt als erkende ondersteunende behandeling bij verschillende vormen van kanker. In Nederland wordt onderzoek uitgevoerd naar het elfenbankje door onder andere de Universiteit van Wageningen en het Academisch Medisch Centrum Amsterdam.

Meervoudige suikers zijn de bouwstoffen voor vele onderdelen in ons immuunsysteem. Bepaalde meervoudige suikers in het elfenbankje, maar ook in andere medicinale paddenstoelen, werken niet alleen breed op het gehele immuunsysteem en zodoende op allerlei infecties in het lichaam.

Ze zorgen in het geval van kanker ook voor een hogere effectiviteit van bestralingen en bepaalde chemotherapieën. Ze kunnen zelfs een afremmend effect hebben op uitzaaiingen. Bijwerkingen tijdens en na een reguliere kankerbehandeling zoals misselijkheid, haaruitval, depressie en extreme vermoeidheid en neuropathie kunnen verminderen.

Het vereist maatwerk en inzicht om medicinale paddenstoelen bij kanker toe te passen. Ga daarom nooit zelf aan de slag, maar zoek een arts die je hierbij kan begeleiden. Wat je wel altijd kunt doen, is het opnemen van veel meervoudige suikers in je voeding. Daarmee bedoel ik niet onze tafelsuiker. Eet dus veel maitake, shiitake, oesterzwammen, gewassen als wortel, biet, radijs en ui-achtigen als ui, knoflook en prei, en verder granen als haver, gerst en rijst.

*Tekst: Mariëlle Gerritsen  
Foto: Jany van Dijk*



Goed voor de weerstand.



## DOOD DOET LEVEN

**Van een vakantie in een bergachtig buitenland namen wij eens enkele botten van een schapenkop mee naar huis. De botten lagen in onze tuin. Wat schetst mijn verbazing toen ik op een vroege ochtend een onderkaak in de heg zag zitten! Bij nader inzien bleek het een eekhoorn te zijn die er rustig en uitgebreid op aan het knagen was. Het bot bood hem voedingsstoffen waar hij zichtbaar grote behoefte aan had.**

ARK Natuurontwikkeling is de laatste jaren bezig met een project om meer kadavers in natuurgebieden in Nederland te laten liggen en er zelfs verkeersslachtoffers in te plaatsen. Een hele levensgemeenschap van aaseters, zoals raaf, zeearend, gier en tal van insecten, is afhankelijk van kada-

vers en komt hierdoor weer vaker voor in onze natuur. Veel andere dieren profiteren ook van deze makkelijke manier om aan voedsel te komen.

Dieren die bekend staan als roofdier, zoals vos, das, wild zwijn, zwarte wouw, buizerd en marter, ontpoppen zich als aaseter. Naast deze grote dieren, leven tal van insecten van dode dieren. Andere insecten en vogels zoals koolmees en spreeuw, eten op hun beurt weer deze insecten en hun larven.

Schimmels en bacteriën zetten de laatste restjes kadaver om in de mineralen waaruit ze zijn opgebouwd. Die mineralen komen uiteindelijk weer beschikbaar voor de levensgemeenschap.



Vos eet van kadaver Hooglander.



Voor het eerst weer raven in het duin.

**ARK**  
NATUUR  
ONTWIKKELING



Insecten inventariseren.

In het project 'Dood doet Leven' trekken diverse (natuur)organisaties samen op om dode dieren, klein én groot, weer een plek te geven in onze natuur. Hoewel er in de regio Zuid-Kennemerland niet veel ruchtbaarheid aan wordt gegeven, is in de duinen een proef gedaan met de kadavers van grote grazers.

Boswachter Ruud Maaskant van PWN vertelt dat dit onder strikte voorwaarden van het ministerie van landbouw, natuur en voedselkwaliteit is uitgevoerd en momenteel een verslag wordt gemaakt van de resultaten. Onder meer de raaf, die uit het terrein verdwenen was, keerde hierdoor terug. Ook is er uitgebreid onderzoek gedaan naar insecten en zijn er nieuwe soorten aangetroffen. Na de verslaglegging zal worden besloten of de proef een vervolg zal krijgen in de duinen.

Op de website van ARK Natuurontwikkeling is veel informatie te vinden over het 'Dood doet Leven' project. Vragen worden beantwoord, folders en illustraties zijn te downloaden. Erg handig voor de natuurgidsen onder ons. Er is zelfs een lespakket verkrijgbaar. Misschien mooi om deze kringloop en de dieren die hiermee een kans krijgen, eens te belichten bij onze excursies?

*Tekst: Margo Slot*

*Foto's: PWN-ARK Natuurontwikkeling*

*Bron: <https://www.ark.eu/natuurontwikkeling/natuurlijke-processen/dood-doet-leven>*



## PUZZELWINNAAR HENNIE TERPSTRA: KRACHT VAN DE NATUUR

De puzzelwinnaar van Toorts 107, Hennie Terpstra, bedacht dat ze "haar" pagina wilde invullen met een verzameling stukjes over de kracht van de natuur. Ze vroeg haar medecursisten hiervoor een bijdrage te leveren. Het resultaat is gevarieerd en leerzaam. Dank, allemaal!



Kracht van wind. Foto: Hans Moolenaar

Natuur staat in ons druk bevolkte land onder druk en wereldwijd is het helaas niet veel anders. Dit gegeven klinkt door in verschillende bijdragen. Wat mijn eigen idee is bij de kracht van de natuur? Ik ben altijd verwonderd hoe snel kaalgehakte bermen weer groen worden en hoe alles toch weer uitbot in het voorjaar.



Inktzwammen. Foto: Hans Moolenaar

En hoe ik kan genieten van het zoeken naar paddenstoelen, hazelnoten (lekker) en het lopen in het bos onder een grote paraplu in de regen. Ik steek natuurlijk ook mijn kop niet in het zand en weet wat er speelt. Als IVN'er doe ik mijn best om mensen bewust te maken van de natuur en de gevaren die haar bedreigen. Maar vertel ook hoe je van Natuur met een hoofdletter moet genieten.



Kleurrijk. Foto: Femke van den Berg

Kracht van de natuur. Met de laatste orkaan die over de Bahama's raasde nog vers in het geheugen is dat een voorbeeld van tegen de mens gerichte natuurkracht. Maar dat het simpelweg na de winter weer voorjaar wordt en er van alles uit de grond komt dat je dood had gewaand. Dat er weer vissen, insecten, vogels en jonge zoogdieren zijn.

De kracht van de natuur komt tot uiting in haar helende werking op lichaam en geest. Daarnaast kan je je verbazen over de enorme veerkracht en herstellingsvermogen van de natuur.



Damherten. Foto: Jany van Dijk

De kracht van de natuur is voor een groot deel het zelfherstellende vermogen van de natuur. De reactie van bomen, bloemen en dieren op vraat, overbevolking en voeding is wonderlijk. En even wonderlijk is de kracht waarmee het mensen uit hun huizen kan trekken voor een fijne wandeling en simpel genieten.



Krachtige klauwen. Foto: Femke van den Berg



Duinplant. Foto: Marisca van der Eem

De natuur is synoniem aan kracht. De natuur kan je energie geven, je opvrolijken, je laten verwonderen, je verwarmen, je verbazen, je beangstigen, je laten lachen, je laten huilen, je troosten, je inspireren, je laten ontspannen, je laten genieten, je laten groeien, je kracht geven en zo veel meer.

Natuur betekent voor mij: rust, ontspanning. Even weg uit de hectiek van alle dag. Mij verwonderen over bijzondere kleine details of gewoon heerlijk genieten van het mooie landschap.



Trotse pauw. Foto: Femke van den Berg

De kracht van de natuur is..... hard en wreed, lief en zacht, zwart als de nacht, alle kleuren van de regenboog, dood gaan en opnieuw geboren worden, afstoten en houden van, plezier en verdriet, wit als het licht, leven en overleven.

Maar bovenal iedere dag weer zo vreselijk mooi en inspirerend.

Tekst: Hennie, Hans, Henk, Marry, Carla, Bonnie, Astrid, Noes

De eerste strofe van het gedicht "De Dapperstraat" van J.C. Bloem:  
*Natuur is voor tevreden 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*

## GEBUNDELDE KRACHTEN

In Haarlemmermeer hebben de groenorganisaties de krachten gebundeld in het platform Groen Haarlemmermeer. Op initiatief van IVN werkgroep Haarlemmermeer en De Heimanshof wordt dit jaar voor het eerst aan een gezamenlijk thema gewerkt. Onder het motto 'Meer biodiversiteit: Help jij een handje?' organiseren de groenorganisaties door het hele jaar heen allerlei activiteiten om bewustwording te realiseren en mensen te stimuleren zelf de handen uit de mouwen te steken. Het Zomerfestival op 23 juni was er een van.

Het festival werd gehouden in heemtuin De Heimanshof, de meest biodiverse plek in de Haarlemmermeer met zo'n 1.000 verschillende soorten planten, struiken en bomen. En alle daarbij behorende fauna. De IVN-werkgroep Haarlemmermeer en De Heimanshof waren de trekkers van het festival. Ze hadden tijdens de Stinsenplantendag in april al ervaring in de samenwerking opgedaan en dit was prima verlopen.

### Biodivers programma

Het programma bood voor ieder wat wils: voor jong en oud, plantenkenner en leek. Er waren rondleidingen, speurtochten naar planten en vogels en een workshop Haiku (natuurgedichten maken). De imker gaf workshops over de bijen en slingerde honing. Daar werd maar al te graag van gesnoept



Zoemende bijen.



Blote voeten pad.

door de bezoekers. Diverse groenorganisaties waren present om bezoekers te vertellen over hun activiteiten. Voor de kinderen was er een spellencircuit met als beloning een smoothie of een ijsje.

### Handvatten

Zo'n 100 bezoekers genoten onder een heerlijk zomerzonnetje van de kleurrijke tuin en de enthousiaste verhalen van vrijwilligers over hoe je mee kan werken om de biodiversiteit te verhogen: tegels eruit en planten erin; nestgelegenheid maken voor vogels, egels, insecten; wilde bloemenzaad verspreiden in je tuin en wijk; regenwater opvangen in een ton; je aansluiten bij een groene organisatie; actievoeren voor groen; meehelpen inventariseren. Mogelijkheden te over.



Honing slingeren.



Meer biodiversiteit: Help jij een handje?

### Platform Groen Haarlemmermeer

Samenwerken blijkt nog niet zo eenvoudig te zijn. Organisaties hebben hun eigen programma's waarvoor ze vaak nauwelijks genoeg vrijwilligers hebben om ze uit te voeren. Laat staan dat ze meewerken aan extra gezamenlijke activiteiten. Draagvlak creëren, mensen verleiden en stimuleren om mee te doen, vraagt tijd en mensekracht. Dat heeft de trekker van het Platform, het NMCX Centrum voor Duurzaamheid, dit jaar ondervonden.

Maar er zijn weer een paar stapjes gezet die enkele mooie resultaten hebben opgeleverd voor het IVN-Zuid Kennemerland: in samenwerking met De Heimanshof de goed bezochte Stinsenplantendag en het Zomerfestival, een zeer drukbezochte Slootjesdag gesteund door PARK21 en een zeer geslaagde soortenjacht in PARK21 gezamenlijk met Floron. We blijven aan de weg timmeren en de samenwerking zoeken!

*Tekst: Ans Röling*

*Foto's: Femke van den Berg*



## KRACHT VAN WATER

De Haarlemmermeer heeft een bijzondere band met water. Vóór de inpoldering ging steeds meer land verloren aan de kracht van het water. Vijfhuizen, Rijk, Beinsdorp en Burgerveen waren nederzettingen die werden opgeslokt door het meer. Er werd besloten tot drooglegging met in de nieuwe polder een rechtlijnig patroon van gegraven vaarten, tochten en sloten. Deze structuur is nog steeds zeer bepalend voor de Haarlemmermeer.

De vaarten, tochten en sloten hebben vaak een steile oever waardoor er weinig ruimte voor waterplanten is. De toegankelijkheid voor watervogels is ook beperkt. Naast de rechtlijnige sloten is gelukkig ook plaats voor minder strak aangelegde sloten.

Zo'n plek is Kleiland dat in PARK21 ligt. Dit park is een 1.000 hectare groot gebied tussen Nieuw-Vennep en Hoofddorp dat in ontwikkeling is en onder andere de groene en ecologische schakel vormt tussen de duinen en de Westeinderplassen. Kleiland was in juni 2019 voor de tweede keer het decor van een zeer succesvolle IVN Slootjesdag in samenwerking met Zomerweken PARK21.

De flauwe oevers en steigers vormen een perfecte plek voor kinderen en



Lekker met de voeten in het water.



Prachtige vangst.



Meanderende sloot in PARK21.



Flauwe oevers en steiger.

volwassenen om waterbeestjes te vangen en waterplanten te bekijken. Zo'n 275 deelnemers zijn langs gekomen op deze zonnige dag. Kinderen, maar ook de volwassenen, drukten hun neus tegen het glas van de waterbakken om niets te missen van krioelende waterbeestjes.

Dick Gatsonides heeft namens Floron de waterplanten van Kleiland in kaart gebracht. Anneke Wegman en Erna Schreuder hebben ruim 30 waterdier-tjes gedetermineerd. Alle waarnemin-

gen tijdens deze Slootjesdag zijn in het kader van BioBlitz 500-soortenweek PARK21 geregistreerd op [Waarneming.nl](http://Waarneming.nl). Naast waterdieren zijn ook vogels en insecten in kaart gebracht.

Op zo'n prachtige dag ervaar je de kracht van water op meerder manieren. Water doet leven, water brengt plezier, water zorgt voor verkoeling, water zorgt voor biodiversiteit, water fascineert.

*Tekst en foto's: Femke van den Berg*



Gezellige drukte bij Slootjesdag 2019.

## DE KRACHT VAN OBSERVATIE

In een gezellige kamer met boeken, tekeningen en bij een kopje thee met zelf gebakken appelcake spreek ik Yneke Bettink. Wij kijken uit op de tuin met allerlei wilde planten en een oud appelboompje dat bijna onder zijn eigen vrucht bezwijkt. Ons gesprek komt al snel op het observeren van planten.

Yneke vraagt of het mij weleens is opgevallen dat op en rond sommige planten de sneeuw smelt als er 's winters sneeuw ligt. Ik heb er onmiddellijk een beeld bij, maar had er nooit over nagedacht. Hoe kan dit? Zij haalt het boek "De taal der kruiden" aan, van Mellie Uyldert uit 1948. Daarin is beschreven welke kruiden "warm" en welke "koud" zijn. Onder de warme kruiden, door Uyldert balsemkruiden of vurige labiaten genoemd, vallen basilicum, marjolein, rozemarijn, tijm, hyssop, salie en lavendel. Deze lipbloemigen worden ook als lustopwekkend benoemd. Koude kruiden in deze familie zijn dovenetel, hondsdraf, brunel, betonie, hartgespan, glidkruid en kruipend zenegroen.

Naast allerlei boeken over kruiden, leest Yneke ook de ecologische flora. "Als je hierin een familie leest, dan is dit net als een roman", zegt ze. Planten hebben gelijke trekken, maar aan kleine verschillen kan je ze herkennen, net als mensen uit een familie. Als je buiten bent en zeker ook als je kruiden uit de natuur gebruikt, is het prettig om deze referentie te hebben en zo de familie en bijbehorende eigenschappen thuis te kunnen brengen. Herkennen doet Yneke niet als wetenschapper, ze kan vaak moeilijk omschrijven waaraan zij de soort dan precies herkent. Die herkenning is grotendeels ervaringsleer. "Maar de mens is de kennis kwijtgeraakt om aan planten de eigenschappen te kunnen zien", zegt Yneke. Zij observeert planten, ook al vindt ze zelf dat ze er soms te ongeduldig voor is.

Als ik vraag waar zij dan naar kijkt, gaat ze staan. Voeten samen. Armen energiek gestrekt boven haar hoofd. "Nou, neem bijvoorbeeld aarts- of grote engelwortel. Die heeft een penwortel, gaat vanaf de aarde naar boven en



Appeloogst.

daar ontvouwen zich dan prachtige grote bloemschermen op de plant die wel 2,5 meter hoog kan worden," vertelt ze terwijl zij haar armen spreidt. Ze bekent dat ze wel eens de middelste knop eruit heeft gehaald om te eten. Het was heerlijk, maar dat hele jaar bleef ze zien dat de plant verminkt was, zonder deze grootste knop. "Trouwens, deze engelwortel wordt ook wel borstwortel, engelkruid, wild kruid of Europese ginseng genoemd. Hoe meer een plant gebruikt werd, hoe meer namen een plant kreeg."

Met een map op schoot, met alle handgeschreven artikelen over kruiden, die ze jarenlang voor De Toorts heeft geschreven, vertelt Yneke honderduit. Ze kan gewoon niet anders dan planten blijven observeren en er over lezen. Zeer inspirerend. Ik neem me voor om een familie te gaan lezen in de flora en om te proberen wat meer te observeren in plaats van alleen maar kijken...

*Tekst: Margo Slot  
Foto's: Femke van den Berg*



Voorbeeld van balsemkruid.



## OERSTERK ZAAD

Alle begin start met zaad en vooral wilde bloemen zijn belangrijk voor de biodiversiteit. Overal in de wereld zijn initiatieven om die biodiversiteit te beschermen. Het doel van de Wet Natuurbescherming uit 2017 is de inheemse plant- en diersoorten te beschermen. Gemeenten moeten hier met hun groenbeleid rekening mee houden.

De gemeente Haarlemmermeer heeft een educatieprogramma over biodiversiteit, en veel bermen worden ingezaaid met wilde bloemenzaad. Ook in Bloemendaal en Heemstede worden bermen ingezaaid met wilde bloemen. Bij de gemeente Heemstede kun je bovendien groen rondom een boom adopteren en zelf wilde bloemen inzaaien als je dat wenst. Maar niet alle gemeenten in Zuid-Kennemerland zijn even actief met het beschermen van de biodiversiteit in onze natuur.

Natuurmonumenten roept gemeenten en waterschappen op om minder vaak bermen te maaien, waardoor de planten met de sterkste zaden zichzelf kunnen uitzaaien en de biodiversiteit weer toeneemt. Met andere woorden, het doet er absoluut toe of we wel of niet maaien en zaaien.

### Behoud van sterke zaden

Op Spitsbergen is een kluis, 120 meter diep in een berg, waar bijna één miljoen zaadmonsters uit de hele wereld opgeslagen zijn om ze voor uitsterven te behoeden. Het DNA in deze zaden kan wel 20.000 jaar bewaard worden. Ongeveer 18 duizend monsters in deze zaadbank zijn van Nederlandse afkomst.

Ook in Nederland, in de Hortus Botanicus in Leiden, wordt gewerkt aan het behoud van oeroude plantenrassen. De zaden worden in aparte kassen opgekweekt. Een paar van deze oude planten zien we nog steeds bij tuincentra, zoals cacteeën, varens, cycaspalen en de magnolia. Ze stammen af van families die miljoenen jaren geleden al op de aarde leefden: hun zaden bleken oersterk. En de paardenstaart, die wij als hardnekkig onkruid ervaren in onze tuin, is een plant waarvan de familie al 370 miljoen jaar oud is!



Variatie in je tuin.

### Zelf doen

Natuurlijk is het noodzakelijk dat instanties als Natuurmonumenten, de Hortus Botanicus en de Wereldzaadbank er zijn. Maar ook jij en ik kunnen een steentje bijdragen aan het behoud van de biodiversiteit. Je kunt wilde bloemen zaaien in je eigen tuin. Je kunt via inspraakmomenten proberen je gemeente te beïnvloeden. En je kunt als vrijwilliger meedoen aan IVN-evenementen.

De veerkracht van onze natuur kan ons steeds opnieuw verwonderen. Maar we moeten er wel ons best voor blijven doen!

*Tekst en foto's: Jany van Dijk*



Oeroud en oersterk!



## DWARSE BOMEN



Vermoord...

**Op het veldje, in een hoek van landgoed Leyduin, dicht tegen het hek en de hoge wanden van de naastgelegen industrie, ligt op een aarden wal een dwarsboom opgebaard. De overledene was ooit een struisden, nu een kale stam met twee warrige uiteinden. Dikke ijzeren bouten en spijkers in het hout doen vermoeden dat de boom ooit hardnekkig levenslustig was, misschien ook nog wel in horizontale toestand.**

De boom op Leyduin is geen zuivere dwarsboom. Daarvoor moet ze niet alleen, zoals Kees Duinker het uitdrukt, 'horizontaal van karakter' zijn, maar ook leven. Die levenskracht heeft deze boom overgebracht op de omgeving: de meerpotige kruiers en opruiers en de klauterende tweevoeters.

Je ziet dwarsbomen niet zo vaak. Niet iedere boomsoort leent zich ertoe en voor de overlevingskansen maakt het uit of ze vrij staan of in het bos. Meestal worden ze snel weer opgeruimd. Ik herinner me een imposant geval, een gigantische populier, ergens in de omgeving van Gouda, dichtbij een meter in diameter, die horizontaal vrolijk verder leefde. De dikke takken kozen de weg omhoog, houvast biedend voor een droog wandelingetje over de stam boven het zompige bos waar de boom gevallen was. Het wortelgestel torende een meter of vier



... en opgebaard

boven het naastgelegen pad, met een levendige kleine poel ernaast, vol kikkers en watermunt. Prachtig, maar op een gegeven moment was hij toch een prooi voor het beheer.

Het zijn vaak de snelle groeiers, zoals populier en wilg, die dwarsbomen worden. Tragere groeiers, zoals eiken, kunnen niet goed tegen een drastische kink in de aanvoerleidingen voor vocht en voeding, en leggen eerder het loodje. Dat betekent niet dat ze het horizontale helemaal schuwen, maar die toestand is dan meestal langzaam gegroeid, bijvoorbeeld in de duinen onder invloed van de harde zeewind en schrale groeiomstandigheden. Het is allemaal leven dat een weg zoekt, zich aanpast, als het moet horizontaal.

Zoals gezegd, zelfs als de boom het niet redt, biedt het volop kansen voor nieuw leven. In een recente Tegenlicht-aflevering was bijvoorbeeld te zien hoe een dode woudreus een voedingsbodem is voor haar nakomelingen. Die nakomelingen, inmiddels ook alweer reusachtig, stonden op hoge poten en in een rechte rij, boven de ruimte die de inmiddels volledig verteerde moederboom achtergelaten had. Logisch dat de meeste bosbeheerders dood hout meestal laten liggen in het bos. Niets in de natuur gaat verloren, alles wordt aangegrepen voor een nieuw begin.



Een kunstige dwarsboom

Maar terug naar de dwarsbomen: afgelopen zomer liep ik rond het Bezoekerscentrum in de duinen langs een kunstige variant. Het gladde hout en de afgezaagde stompjes wezen alle kanten op. Ondanks het ontbreken van bladeren en groei straalde de boom kracht uit. En in de weekenden wemelt het hier van de kinderen. Ook op die manier brengen gevallen bomen leven in de brouwerij.

*Tekst en foto's: Cas Botman  
Bronnen: Kees Duinker, Van Broekboom tot Boomgek en VPRO Tegenlicht afl. 'In de Ban van het Bos'*



## ACTIVITEITENPROGRAMMA WINTER 2019

### Rondje Oosterplas

Zondag 17 november

Vertrekpunt: informatiebord ingang Bleek en Berg.

Reserveren verplicht via [www.np-zuidkennemerland.nl](http://www.np-zuidkennemerland.nl)

### Werkdag: Zagen in het Poelbroekbos

Zaterdag 23 november

Locatie: Parkeerplaats van volkstuincomplex Poelpoldervreugd langs de Boerhaavelaan / Oude Schipholweg, Haarlem.

Informatie: Marc van Schie 06.22575748

### Winter in Hollands duin

Zondag 24 november

Vertrekpunt: Amsterdamse Waterleidingduinen bij ingang de Oase.

Informatie: Ok Overbeek 06.31305324

### Werkdag: Aan de slag in Duin- en Kruidberg

Zaterdag 7 december

Verzamelen bij parkeerplaats van natuurgebied Duin- en Kruidberg. De ingang bevindt zich aan de Duin- en Kruidbergerweg in Santpoort-Noord, tegenover Hoeve Duin en Kruidberg het weggetje inrijden.

Aanmelden via Marc van Schie 06.22575748 of via [marcmargriet@hetnet.nl](mailto:marcmargriet@hetnet.nl).

### Kerst- en wintergroen excursie Landgoed Velserbeek

Zondag 15 december

Vertrekpunt: Theeschenerij van het koetshuis Landgoed Velserbeek in Velsen-Zuid.

Informatie: Eric van Bakel [ericvanbakel@hetnet.nl](mailto:ericvanbakel@hetnet.nl)

### Kerstwandeling Amsterdamse Waterleidingduinen

Zondag 26 december

Vertrekpunt: Amsterdamse Waterleidingduinen bij ingang Pannenland.

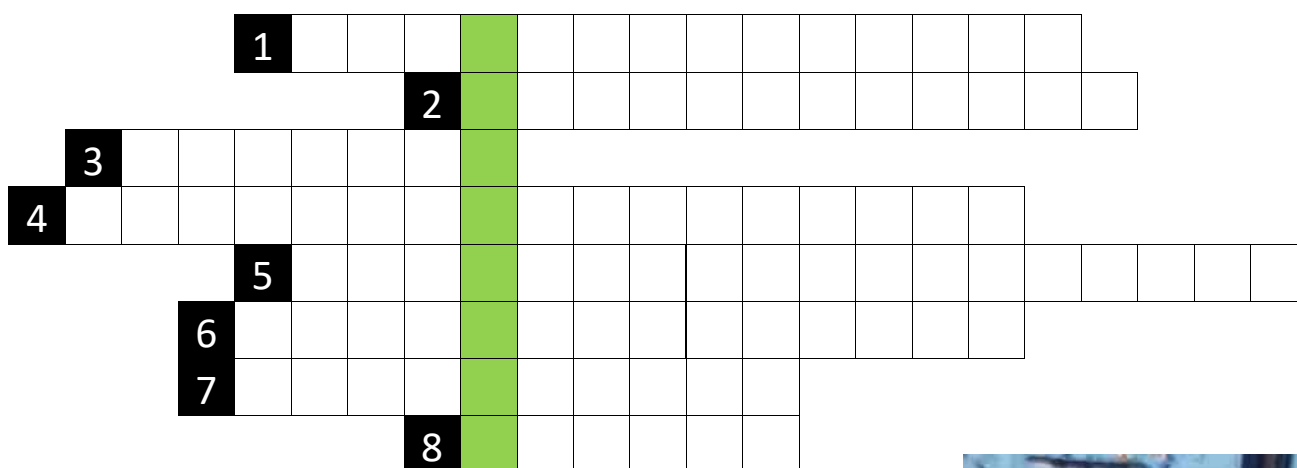
Aanmelden verplicht via [ivnz.kerstwandeling@gmail.com](mailto:ivnz.kerstwandeling@gmail.com).

Toegangskaart verplicht.

Informatie: Henriëtte Konst 06.53300651

- Excursies gaan altijd door, ook bij regen.
- Niet alle activiteiten zijn vermeld.
- Kijk voor actuele tijden, informatie en andere activiteiten op [www.ivn.nl/zuidkennemerland](http://www.ivn.nl/zuidkennemerland) of [www.np-zuidkennemerland.nl](http://www.np-zuidkennemerland.nl)

## PUZZEL TOORTS 108



1. Thema van samenwerking tussen IVN werkgroep Haarlemmermeer en De Heimanshof.
2. IVN'er die veel van kruiden weet.
3. Landgoed waar dwarse boom ligt opgebaard.
4. Grondlegger van de Toorts in kleur.
5. Latijnse naam voor gewoon elfenbankje.
6. Winnaar van de Toortspuzzel 107.
7. Hierin zoekt heremietkreeft bescherming.
8. Thema van Toorts 108.

In de gekleurde kolom komt van boven naar beneden een woord te staan. Stuur de oplossing voor **15 december** naar [ivnz.k.toorts@gmail.com](mailto:ivnz.k.toorts@gmail.com).

**De winnaar mag een onderwerp kiezen en eventueel schrijven voor een pagina in de volgende Toorts nummer 109.**



Saharazand in de lucht. Foto: Femke van den Berg



Paddenstoelen op de deur. Foto: Marisca van der Eem





**MIX**  
 Papier van  
 verantwoorde herkomst  
**FSC® C017135**

Foto's over het thema 'Kracht' gemaakt door Femke van den Berg, Jan-Willem Doornenbal, Jany van Dijk, Marisca van der Eem en Hans Moolenaar.

**ivn** natuur  
 educatie