

Hoe beleven blinden en slechtzienden natuurexcursies? Dat vroegen Wilfred Jansen (54), Audrey McKillen en Simone Leensen zich af. De drie natuurgidsen hebben in januari de opleiding van het IVN afgerond. Het drietal organiseert voor de eerste keer een strandexcursie voor blinden en slechtzienden op het strand van IJmuiden. „Wij leren door de deelnemers ook de natuur heel anders beleven.”

Artikel IJmuider courant 11-4-2025 IVN natuurexcursie blinden en slechtzienden

Om te voelen hoe het is om slechtziend een natuurexcursie mee te maken, heeft Wilfred een simulatiebril voor me meegenomen. Het ding is aan de bovenkant afgeplakt met tape en op de rest van het glas zit plakband, waardoor het zicht erg troebel wordt. Met de bril is mijn zicht slechts tien procent, de horizon zie ik niet. De bril is gemaakt door zijn vrouw, Lindsey Zwiers (51). Zij is zelf slechtziend. „Ik heb een aangeboren oogafwijking. Ik zie maar vijf procent.”, zegt ze.

De wandeling begint bij het eindpunt van bus 382. De groep is groot en wordt opgedeeld in drie kleinere groepen. Elke groep krijgt twee IVN-gidsen. De deelnemers komen van heinde en verre. Uit Amsterdam, Zeist, Utrecht en Heemskerk. Katerina heeft 1,5 uur gereisd om op het strand van IJmuiden te komen. Ze is samen met haar dochter Anna. „Met mijn ene oog zie ik niks meer, met mijn andere oog is het alsof ik door een rietje kijk. Daarom vind ik het reizen altijd best spannend. Maar dit is zo’n bijzondere excursie, speciaal voor slechtzienden. Dus ik vond het de moeite waard”, zegt ze.

Obstakel

We lopen de strandopgang op en komen meteen al het eerste obstakel tegen: een slagboom. „Dat is best lastig, omdat je stok er onder door gaat, dus je denkt dat je door kan lopen”, zegt Katerina. Dochter Anna begeleidt haar langs de slagboom. In ons gezelschap heeft blindengeleidehond Raya een hoop bekijks.

De jonge herder kwispelt blij wanneer ze het strand ziet, maar houdt tegelijkertijd baasje Carla (67) goed in de gaten. Carla’s man Ruud (76) laat Kaya los wanneer we het strand bereiken. Het tweetal komt uit Zeist. „We hebben wel vaker een natuurexcursie gedaan voor blinden en slechtzienden in Zeist en Arnhem, maar je komt ze niet zoveel tegen”, zegt Carla die volledig blind is. „Ik heb geen netvlies meer”, zegt ze.

Bomenexcursie

Onder goedkeurend oog van Ellen Koomen (67) starten Wilfred en medegids Anja Buursema (71) de excursie. Ellen: „Ik ben de docent geweest van Wilfred, Audrey en Simone. Ze hadden als eindopdracht een bomenexcursie georganiseerd voor blinden en slechtzienden in de Haarlemmer Kweektuin. Bij het IVN willen we natuurbeleving stimuleren. We willen dat mensen de natuur beleven met hoofd, handen en hart. Op

onze beurt kunnen wij weer heel veel leren van deze mensen”, ze wijst naar de groep. „Wij leren door de deelnemers ook de natuur heel anders beleven.”

Valkuilen

„Kunnen jullie voelen waar de wind vandaan komt?”, vraagt natuurgids Anja aan ons. Alle vingers schieten meteen dezelfde kant op. „Klopt! De wind komt op dit moment uit het Zuidwesten”, zegt ze. Er volgt een kleine geschiedenisles over de Zandmotor en het ontstaan van het Noordzeekanaal. Daarna wordt er gevraagd of we op onze knieën willen gaan zitten. „Voelen jullie maar aan het zand. Wat voel je?”, vraagt Anja. „Het is heel fijn en zacht zand”, zegt Carla. Nu komt Wilfred met een zakje ander zand langs. We moeten ons hand ophouden. „Voelen jullie het verschil?”, vraagt Anja. „Dit is rivierzand. Dat is veel harder dan het strandzand.”

We wandelen richting de vloedlijn. Tenminste dat denk ik. Ik probeer me te oriënteren. Wilfred komt naast me lopen. De in Velserbroek woonachtige achterhoeker wilde vroeger altijd boswachter worden, maar werkt al 25 jaar als technisch verkoper. Voor de Vogelwerkgroep Zuid-Kennemerland geeft hij vogelexcursies. „Lindsey en ik gaan ook vaak zelf vogels luisteren. Dan laat ik de verrekijker thuis en luisteren we naar de kakofonie aan bijzondere vogels die je hier in de duinen hoort.”

Zijn idee voor de natuurexcursies voor blinden en slechtzienden zijn ontstaan mede dankzij zijn vrouw. „Je gaat als natuurgids op een hele andere manier naar de excursies kijken. Je kan in zoveel valkuilen trappen als ziende. Je moet veel duidelijker zijn in de manier waarop je dingen omschrijft bijvoorbeeld en mensen dingen laten voelen en zelfs proeven.”

Schelpen voelen

Ik struikel. „Ho pas op! Je loopt nu op een del. Voel je hoe het zand hier zachter is?”, vraagt hij aan me. „Hierna wordt het zand weer steviger. We zijn bijna bij de vloedlijn”, zegt hij bemoedigend. Daar aangekomen, pakken hij en Anja twee kisten. Althans, dat denk ik. Ik heb de kisten eerder al gezien, toen ik mijn simulatiebril nog niet ophad. Ik hoor wat gerammel.

Iedere deelnemer krijgt een schelp in de hand. „Wat voel je?”, zegt Anja. Bijna heeft Wilfred het al verklapt, maar Anja zegt zachtjes sssst, tegen hem. „Ik voel een slakkenhuis”, zegt Katerina. „Klopt! En wat voel je nog meer?”, vraagt Anja gretig? Gemompel. „Voel maar eens aan de voorkant van de schelp. Dat voelt als een tepel. Dit is een tepelhoren, een kieuwslak. Het is eigenlijk een rotzak, want deze slak boort, met behulp van zijn mond (radula) een rond gaatje in de schelp van hun slachtoffer.”

Er volgen nog veel meer schelpen. „Ik wist niet dat er zoveel schelpen hier leefden!”, zegt een van de deelnemers. Zo leren we het verschil voelen tussen de inheemse

zwaardschedes en de Amerikaanse zwaardschede. „De Amerikaanse zwaardschede heeft een knik aan de bovenkant, voel je?“, zegt Anja.

Decibel

Ook leren we dat invasieve exoten, zoals de Amerikaanse zwaardschede en de Aziatische mossel, in onze Noordzee terecht zijn gekomen door ballastwater van schepen. We leren dat de kleur van nonnetjes erfelijk bepaald is. Dat muiltjes, ook wel pantoffelschelp genoemd, allemaal mannetjes zijn en dat deze zeeslakken langzaam veranderen naar vrouwtje. En dat er tien soorten haaien in de Noordzee zitten.

We lopen terug naar de duinrand. Anja: „Draai je eens terug naar de zee en luister eens. Hoeveel decibel denk je dat ze zee produceert?“ Ik hoor de zee oorverdovend razen in de verte, ik moet mijn best doen om Anja te verstaan. „Op dit moment is dat zo’n 70 decibel, met een storm kan dat tot de 90 decibel zijn.“

Proeven

Er rest ons nog een onderdeel: het proeven. Maar niet voor Anja opgetogen ‘stop’ roept. Ze heeft een kokerworm gevonden. Enthousiast steekt Katerina haar hand uit. „Daar heb ik heel veel over gelezen, geweldig om nu zo’n dier te voelen.“ Het wormpje bouwt een koker van grof zand en stukjes schelp. Ik voel aan de ruwe uitstulping op het zand en zet stiekem mijn simulatiebril af. Het is een bijzonder bouwwerk.

Bij de duinrand aangekomen geeft Wilfred ons een plantje in onze hand. „Dit is zeeraket. Je kunt de blaadjes eten. Wat proef je?“ Het blad smaakt kruidig en ziltig. Het volgende plantje dat we mogen proeven is zeepostelein. Het blad is steviger dan dat van de zeeraket. „Dit plantje zit boordevol vitamine C. Het werd vroeger meegenomen aan boord van schepen om scheurbuik te voorkomen“, zegt Wilfred.

Na de excursie is er onder het genot van koffie tijd voor feedback van de deelnemers. „Is er een manier waarop je reuk kan toepassen tijdens de excursies?“, vraagt een deelnemer. Wilfred en Anja nemen de tip mee voor de volgende excursie. De simulatiebril mag af. Ik vond het reuze-interessant om de natuur op deze manier te beleven, maar het heeft me vooral bewust gemaakt van de manier waarop je de natuur kan beleven. „We denken altijd meteen aan zien, horen en voelen“, zegt Anja. „Eigenlijk moeten we dat zien vervangen door voelen.“