



vrije wandelaar

met het wandelprogramma

23e jaargang nr 69 april 2016

nieuwsbrief vereniging nemo



**nieuw leven
in nemo-
buurtmoestuin**



Oekraïense steun voor Nemo

In het kader van een Europees jeugdproject werkt Liudmila tot begin juni als vrijwilliger bij Nemoland Westerpark. Zij helpt mee in de moestuin en onderzoekt mogelijkheden voor uitwisseling tussen Oekraïense jeugdorganisaties en Nemoland Westerpark/Polen.

Groene stage

Vanaf eind maart loopt Roy 6 weken stage bij Nemoland Westerpark in het kader van zijn studie toegepaste biologie bij Groenhorst Almere. Naast het werken in de tuin doet hij een biologisch onderzoek naar de bostuin van Nemo.

Belgische groepen naar Nemoland Polen

Ook in 2016 komen weer groepen Belgische jongeren naar Nemoland Polen om hun handen uit de mouwen te steken. Maar liefst 2 groepen Waalse scouts en een groep jongeren met een beperking die in 2015 ook al geweest zijn. Die reis was vorig jaar zo'n groot succes dat ze terugkomen.

Samenwerking met volkstuinen

De tuinparken Nut&Genoegen en Sloterdijkermeer zijn de burens van Nemoland Westerpark en al 7 jaar probeert Nemo samen te werken met de tuinparken en de grote afgesloten hekken open te krijgen. Sinds dit jaar waait er een nieuwe wind in de tuinparken en is er veel meer bereidheid tot samenwerking en afstemming. Er zijn plannen gemaakt voor een doorgaande wandelroute en een gezamenlijk moestuinproject.

Ijsvogel broedt weer

Sinds eind maart is de blauwe ijsvogel dagelijks te zien rond haar nest in de poel van de Nemotuin. Dit wilde natuurgebied van Nemoland is een uniek natuurreserveaat waar niet alleen de ijsvogel broedt, maar ook imker Miek bijen houdt en veel bijzondere planten groeien.

Soelen in beeld

Dichtbij Nemoland Westerpark stond in de 18e eeuw het lusthof Soelen van Christoffel Beudeker. Nemo heeft veel historisch materiaal gevonden over Beudeker en zijn lusthof, en wil de geschiedenis weer tot leven brengen. Een groep net afgestudeerde geschiedenisstudenten heeft een historisch filmbedrijfje gestart onder de naam Jaar&Dag. Zij gaan als pilot een kort docu-drama maken over Soelen en Beudeker. De première is op 24 september in Nemoland tijdens het Soelenfestival.

Steun Nemo!

Nemo kan niet blijven voortbestaan zonder de steun en inzet van vrienden en leden. Word of blijf lid! Je kunt ook donateur of "vriend van de Soelentuin" worden. Maak je bijdrage (15 euro of meer) over op ING IBAN NL59INGB0000527317
Pas op: dit is een nieuw nummer, gebruik niet meer het oude nummer!

Babcia-maaltijden groot succes

Nemo heeft al 3x een buurtmaaltijd georganiseerd in de Boomsspijker met Russisch/Oekraïense/Poolse thema's en menu's. De opkomst was overweldigend, steeds meer dan 60 mensen. Dus daarvoor waren hele grote pannen nodig. Nemoleden zijn natuurlijk van harte welkom, het is wel slim om zo vroeg mogelijk te reserveren. Zie het programma elders in dit nummer.

Overbraeck Festival zondag 29 mei 13-17u

- Dag van het Park
- Opening nieuwe Nemo-buurtmoestuin Soelen
- Opening Overbraeck natuurwandelroute
- Soepkraam, proeverij, muziek, poëzie
- Soelentheater

Buurtschap Overbraeck is een onderdeel van Groot Westerpark tussen het oude Westerpark, de Westergasfabriek en Oud Sloterdijk, met een groot aantal organisaties die actief zijn in de natuur, zoals de kinderboerderij, de schooltuinen, Nemoland, de volkstuinen, het Woeste Westen en de Buurtboerderij. Hier ligt nog een oud natuurlijk cultuurlandschap waar je alle fasen van het ontstaan en de ontwikkeling van het landschap terug kunt vinden, vanaf de ongerepte wildernis, de veenontginningen en middeleeuwse dijken, de buitenplaatsen, boerderijen, molens, gemalen en moestuinen. Zie www.overbraeck.nl

Overbraeck natuurwandelroute

De volkstuinen Nut&Genoegen en Sloterdijkermeer en Nemo hebben een natuurwandelroute ontwikkeld door het meest onbekende gedeelte van Groot Westerpark. De wandelroute verbindt de meest waardevolle natuurgebieden, zoals de waternatuurtuin, het natuurpad van de Schooltuinen, de Nemo-bostuin en natuurzones op de volkstuinen. Vooral de oost-west verbinding vanaf het Westerpark door de Schooltuinen en volkstuinen naar Oud Sloterdijk is een primeur en wordt dan ook op 29 mei feestelijk geopend. De route sluit aan op een natuurpad naar de Buurtboerderij en de begraafplaats, en vormt samen de Overbraeck natuurwandelroute.





Ontdek het geheim van West!

In het Westerpark ligt het best bewaarde natuurgeheim van amsterdam. Nemoland is een groene oase in het Westerpark bij de poel de Braeck. In dit wonderlijke niemandsland heeft de natuur de regie overgenomen. Nemoland ligt in Buurtschap de Overbraeck op het terrein van de schooltuinen, tussen de Kinderboerderij, de Waternatuurtuin en het Woeste Westen.

Nemoland in de Overbraeck (Groot Westerpark) is een afgelegen natuurgebied met een grote bostuin, boomgaard, voedselbostuin, kruidentuin en bessen-tuin, aansluitend op het natuurpad (kabouterpad) van de Schooltuinen. Nemoland ligt in Buurtschap de Overbraeck, de natuurtuinen van het Westerpark, op het terrein van de Schooltuinen naast de Kinderboerderij, tussen tuinpark Nut&Genoegen en de Waternatuurtuin, dichtbij de Westergasfabriek, in Groot Westerpark, stadsdeel Amsterdam West.

Buurtmoestuin Soelen.

De buurtmoestuin Soelen bestaat sinds 2013 op het terrein van de schooltuinen in het Westerpark. De eerste 3 jaar tussen de schooltuintjes, en sinds 2016 op een nieuwe locatie langs het tegelpad dat doorloopt naar de volkstuinten Nut en Genoegen. De biologische moestuin is een onderdeel van een groter natuurgebied dat Nemo beheert, bestaande uit een bostuin met de veenpoel en de ijsvogelwand, een bessen-tuin en een kweektuin. Uitgangspunt is dat er op biologische wijze wordt verbouwd, met accent op de permacultuur; dat wil zeggen, uitgaande van natuurlijke omstandigheden.

In 2013/2014 werd vooral verbouwd voor de voedselbank in de Spaarndammerbuurt. Dat is later overgenomen door de Brediustuin, voortgekomen uit de Soelentuin. De Brediustuin ligt vlakbij de voedselbank zodat ook de klanten van de bank zelf naar de tuin komen om te kijken of te oogsten. Sinds 2015 staat de Soelentuin elke donderdagmiddag met een groentekraampje en een proeverij langs het Overbrakerpad. Voor klanten van de voedselbank gratis en de anderen geven wat ze het waard vinden. Behalve biologische groentes, heeft de kraam ook (eetbare) bloemen en een gratis proeverij, met ook Poolse (tuin)producten uit Nemoland Polen. Altijd met kruidenthee uit de tuin. Iedereen kan een kijkje nemen in de moestuin en daar ook zelf oogsten. Dat is belangrijk, het doel is tenslotte dat mensen gezond eten leren waarderen en ze zien waar de groentes vandaan komen.

Vrijwilligers gezocht!

In de moestuin en groentekraam werken vrijwilligers uit de omliggende buurten. Elke donderdag wordt er samengewerkt en verder kan iedereen komen werken in zijn/haar eigen tijd. De coördinatie is in handen van Mathilde Andriessen (vrijwilligers en activiteiten) en Andreas van Elburg (moestuin). Het voorjaar komt er aan en Nemo zoekt meer vrijwilligers. Elke bijdrage is welkom. Kom kennis maken en ontdek wat de aarde jou kan bieden! Bel/mail Nemo 6817013, info@nemoland.nl

Word vriend van de Soelentuin!

Naast vrijwilligers zoekt Nemo ook vrienden die het moestuinproject steunen met 15 euro per jaar. Als vriend van de Soelentuin ben je altijd welkom in de moestuin. De kruidenthee staat altijd klaar, en zittend onder de fruitbomen kun je er ook rustig een boekje lezen. In de bostuin broedt zomers de ijsvogel en dat kun je allemaal bekijken vanuit de vogelkijkhut. 's Zomers zijn de honderden kindertuinen vol kleur en geur. In de kast binnen staan veel tuinboeken om in te kijken, en je kunt een rondwandeling maken rond het terrein.

Leefnatuur: workshops bushcraft in Nemoland Westerpark en Polen

Bushcraft is buiten bezig zijn, de natuur ontdekken en de natuur gebruiken. Creatief omgaan met wat de natuur te bieden heeft en daardoor zo veel mogelijk zelfvoorzienend te kunnen leven. Leefnatuur organiseert workshops die je kennis laten maken met de vele mogelijkheden van bushcraft. Plezier hebben in het buiten zijn, dat is waar het om gaat. Je ervaart dat ook in de stad de natuur heel veel te bieden heeft. De workshops vinden plaats in Nemoland Westerpark en worden gegeven door Machiel en Leon. Daarnaast zijn ze de hele zomer in Zuid-West Polen waar ze een bushcraft reis organiseren. Ze geven ook workshops op maat voor bijvoorbeeld bedrijfsuitjes of verjaardagsfeestjes.

Programma in Nemoland Westerpark

Zaterdag 2 april: Kampvuurkoken. Maaltijden van het kampvuur, brood&beef jerky, modderappels.

Zaterdag 16 april: De vuurboog. Maak je eigen vuurboog, technieken en houtsoorten, geschiedenis van het vuur.

Zaterdag 30 april: Hout bewerken. Lepels en kommen snijden, instructie gereedschappen, Informatie en aanmelden: www.leefnatuur.nl



BABCIA ETEN MET VERHALEN

Traditionele Poolse,
Oekraïense of
Russische buurtmaaltijd
met verhalen!

In de Boomspijker Recht Boomssloot 52,
Amsterdam-Nieuwmarkt. 1x per maand op
vrijdagavond 18 uur (ook vegetarisch).

De maaltijden kosten slechts € 6 Reserveren:
babcia@nemoland.nl of bel 020-6817013

Babcia is een initiatief van Nemoland Polen, een
Nederlands/Poolse ontmoetingscentrum in het Poolse
Reuzengebergte, bedoeld als brug tussen oost en
west Europa, met projecten voor duurzame
ontwikkeling en natuurbescherming:
www.nemoland.org.

Elke maaltijd heeft een thema uit wat Polen,
Oekraïne en Rusland gemeenschappelijk hebben.
Inspiratie en gerechten doen we op bij de Poolse,
Oekraïense en Russische oma, want Babcia is het
hart van de Slavische wereld.

De recepten, de maaltijden en de programma's zijn
een vrijwilligersproject, en iedere steun is welkom.
Heb je ideeën en suggesties, laat het weten!



- **22 apr Pools menu:** Machiel en Mathilde vertellen
het verhaal van Nemoland Polen, met veel foto's,
verhalen en het laatste nieuws. Als toegift spelen ze
Poolse volksliedjes met de trekzak.

- **20 mei Oekraïens menu:**
Een avond over
schrijver/graficus Bruno Schulz
(1892-1942), zijn werk en zijn
leven. Schulz leefde en werkte
in Drohobycz in het huidige
Oekraïne. Hij geldt als een van de belangrijkste
prozaschrijvers van de 20e eeuw, en inspireerde
talloze andere schrijvers. Daarnaast was hij een
begaafd graficus. Voor het eten een inleiding en om
20 uur een uitgebreid avondprogramma.



- **17 juni Russisch menu:** Mongoolse avond.
De Russische en Mongoolse geschiedenis en cultuur
zijn nauw met elkaar verweven. Mongolië-kenner
Machiel Spruijt houdt een inleiding met veel beelden,



over de
geschiedenis,
geopolitieke
achtergronden en
zijn eigen reis door
Mongolië.



Buurttuinhuis Nemoland Westerpark

Vanouds het woonhuis van oertuinman Bert Ydema,
nu een buurttuinhuis van/voor de buurt met
activiteiten met de natuur als inspiratiebron, zoals
Boeddhistische meditatie van Stichting Dzogchen,
Sjamanistische trainingen, drumcirkels,
klankschaalconcerten, maaltijden, verhalen-
programma's, leefnatuur/bushcraft. Het buurttuinhuis
is ook startpunt van wandelingen in de wijde
omgeving.

TRAINING BODY + MIND

Bij MOVING=art train je op een unieke locatie in
Amsterdam in de ruimte binnen bij Nemoland
Westerpark en als het mooi, warm, zwoel weer is
buiten. Doe mee met de voorjaarscursus en ervaar
wat tai-chi, qigong, mindful bewegen en yiquan voor
jou brengen. Informatie en aanmelden
<http://movingisart.weebly.com> De lessen zijn op
woensdagavond van 19:30 - 20:30 uur,
elke week vanaf 30 maart t/m 22 juni.

KLANKSCHAAL CONCERTEN SOUNDHEALING

Tijdens een klankschaal concert maakt Rieneke
gebruik van 22 Tibetaanse klankschalen, een
kristalen klankschaal, chimes, een grote gong,
rainstick, oceandrum, sjamanendrum, didgeridoo,
thinga, bowlimba en een Koshi chime.
De deelnemers liggen of zitten in de ruimte.
Het luisteren naar- en het ervaren van deze klanken
zorgt (meestal) voor rust en ontspanning.
26 april, 31 mei, 28 juni
www.soundandhealing.nl info@soundandhealing.nl

SJAMAAN VOOR TRAINING, CURSUS, HEALING OP SJAMANISTISCHE WIJZE

Sjamanen drum workshop: zelf een traditionele
sjamanendrum bouwen voor healing en trance:
zaterdag 9 april en 4 juni
Trainingen die je in contact brengen met wat je de
basis van het sjamanisme. Trance, trommelen en
reizen maken om de wereld van de sjamaan beter te
leren kennen en je eigen innerlijke sjamaan te
wekken. Informatie en aanmelden: www.sjamaan.nl
info@sjamaan.nl of bel 06-246 999 10

INTERNATIONALE DZOGCHEN COMMUNITY
RANGDROLLING. Boeddhistische meditatie
Informatie en aanmelden: www.dzogchen.nl



LEDENVERGADERING

De algemene ledenvergadering van de vereniging Nemo is op vrijdag 8 april 19.30u in Nemoland Westerpark. Agenda: notulen ALV 2015, verslagen 2015 en beleidsplan 2016.

Verslag 2015 en plannen voor 2016

In 2015 42 (in 2014: 55) dagwandelingen met 347 (379) deelnemers. Net als in 2014 één weekend Winterswijk met 7 deelnemers. Voor het eerst in 27 jaar geen oud/nieuwweek. Nemoland Polen 408 (528) gasten. De activiteiten in het buurttuin huis van Nemoland in het Westerpark en de buurtmoestuin breidden zich steeds meer uit. Nemoland Polen kreeg bezoek van 4 jeugdgroepen uit België, die vrijwilligersactiviteiten deden. Door de oplopende loonkosten en de dalende inkomsten had Nemo financieel een groot tekort in 2015. In 2016 gaat Nemo zich omvormen tot een vrijwilligersorganisatie om de kosten te drukken. In 2016 worden de groepsactiviteiten in Nemoland Polen verder uitgebreid. In Nemoland Polen wordt de activiteiten in de Soelentuin en het buurttuin huis verder uitgebreid. Verdere verslagen en details worden gepresenteerd op de ledenvergadering.

Projecten in 2016:

- organiseren van buurtwandelingen
- inrichten van de nieuwe moestuin, boomgaard en wilde eetnatuur
- uitbreiden van de uitdeelkraam en proeverij
- workshops bushcraft; leren overleven in de natuur
- klussen: onderhoud, brandhout, snoeien, maaien, schoffelen, schilderen
- maken van een film/theaterproductie over natuur en lokale legenden
- wandelplan voor de Brettenzone met het inventariseren van voetpaden en maken van routes
- Bretten geschiedenisproject: op zoek naar herinneringen, verhalen en mythen
- organiseren van het Overbraeck Festival en Soelenfestival

De Nemo-wandelingen blijven goed lopen

Met de zondagwandelingen gaat het de laatste tijd weer redelijk goed. Begin 2014 heb we onze (laatste) bus verkocht, en de wandelaars moesten daar wel even aan wennen. Maar we zitten nu op een duidelijk schema: Elke twee weken om en om een zondagwandeling met auto's of met openbaar vervoer, o.l.v. Vincent. Daar tussendoor om de vrijdag een wandeling met Margreet en eenmaal per maand een zaterdag wandeling met Mathilde. Daardoor kunnen we nu elk weekend een wandeling aanbieden, soms zelfs twee. De wandelingen op zondag zijn 15 km. en op vrijdag/zaterdag rond de 10 km. Ieder van de begeleiders heeft een eigen publiek: De zondagwandelingen zijn redelijk stevig, terwijl die van Mathilde tamelijk rustig zijn; Margreet zit daar mooi tussenin. Het blijkt dat mogelijke afvallers daardoor toch weer een reden vinden om mee te lopen op een andere (rustiger) dag. Vergeet overigens niet de wandelexcursies van Anneke Hesp in 2015, waarbij letterlijk alle gangen van Vincent Van Gogh zijn nagegaan. De zondagwandelingen met auto blijven het populairst, maar de OV-wandelingen op zondag komen daar aardig bij in de buurt. Ook de OV-wandelingen op vrijdag en (vanaf dit jaar) op zaterdag draaien een aardig gemiddelde. Het is zelfs zo dat alle soorten wandelingen in 2016 beter lopen dan in 2015, terwijl dat al een hersteljaar was! En daar komt nog iets moois bij: In beide jaren hebben we geen zondagwandelingen hoeven afzeggen wegen gebrek aan deelnemers. Zelfs het Hollandse klimaat kon dat niet bewerkstelligen, laat staan gevorderde leeftijd, ziekte en kwalen.

Dat bevordert natuurlijk de zekerheid voor de potentiële deelnemers. En als je dan bedenkt hoeveel alternatieve wandelmogelijkheden er zijn in Nederland, dan is het verrassend hoe goed Nemo zich in de markt voor dagwandelingen weet te handhaven en zelfs te versterken.

De plannen voor 2016 zijn dan ook hierop gebaseerd. Vincent en Margreet lopen elke twee weken, respectievelijk op zondag en vrijdag. En Mathilde wandelt daar eenmaal per maand tussendoor. Dan is er natuurlijk het onverwoestbare weekend Winterswijk in het voorjaar en het al bijna even traditionele Jacobspad in Polen in de zomer, beide begeleid door Mathilde. En dan is de koek nog niet op. Anneke Hesp borduurt voort op haar succesvolle Van Goghwandelingen en excursies. Dit jaar zijn Simone de Beauvoir en Gerhart Hauptmann aan de beurt in respectievelijk Frankrijk (voorjaar) en Polen (zomer). Zo wordt Nemo toch weer een beetje de reisorganisatie die we in onze jeugd jaren waren.

Overigens moeten we ook de Nemo-chauffeurs niet vergeten. Nog maar twee jaar geleden reden we met de bus, soms aangevuld met auto's van betrokken wandelaars. Nu zijn deze auto's de levenslijn van onze wandelingen geworden. Nemo heeft natuurlijk zijn Kangoo, maar er zijn altijd meer auto's nodig, zeker nu de wandelingen steeds meer deelnemers trekken. En gelukkig is ons 'chauffeurspark' ook uitgebreid, zodat we het steeds weer makkelijk redden om onze deelnemers te vervoeren.

Vincent

Van Amsterdam naar Zee.....

Nemo ontwikkelt een natuurwandelaroute van Amsterdam naar de Noordzee, over zoveel mogelijk onontdekte en onverharde paden. Startpunt is de Haarlemmerpoort, eindpunt is de zee bij Velsen en Bloemendaal aan Zee. De route gaat verder via de Bretten, de natuurgebieden rond Spaarnwoude en Spaarnadam naar Velsen en de duinen. Onderweg staat de natuur en de geschiedenis centraal, met veel verhalen en achtergrondinformatie. Het gedeelte door Overbraeck en rond Nemoland Westerpark wordt zondag 29 mei feestelijk geopend op het Overbraeck-Festival.



Wandelverkenners gezocht

Wil je graag wandelen en onderweg routes verkennen? Wandel mee met de Nemo wandelverkenners, van Amsterdam naar Zee. Om de beste routes te verkennen is een ondernemend wandelclubje opgericht, voorlopig bestaande uit Rita en Mathilde. De route werd in stukjes opgedeeld en elke dinsdag werd er weer een stukje ontgonnen. Te beginnen bij allerlei ruige gebieden achter Tuinpark de Bretten. Er loopt een prachtig pad over een heuvel, waar destijds het puin gestort is van de Nieuwmarktbuurt, de Puinberg. Of de Lange Bretten met runderen, dat is het mooiste en stilste gedeelte. Helaas was het trekpuntje stuk dus moesten we dezelfde weg weer terug. Het Geuzenbos bleek een ramp. Tot halverwege was het een prachtige route maar toen liepen we vast in de modder en poep van de runderen en paarden en konden onmogelijk verder. Teruggesopt, en verder over de mooie grasdijk via de Kluut naar Halfweg. Helaas is overal de irritante Westrandweg te zien en te horen.....de Nemoprotesten konden hem niet tegenhouden.

Er moeten nog veel meer routes verkend en geïnventariseerd worden. Meld je aan bij Mathilde 020-6817013 of voetpaden@gmail.com



Rita op ontdekkingstocht in de Bretten een fotoreportage van Mathilde

Nemo wandelt het Westerborkpad

Het Westerborkpad is een wandelaroute van de Hollandsche Schouwburg in Amsterdam naar Kamp Westerbork in Drenthe. De route beslaat 336 kilometer. Het bezinningspad voert langs plaatsen die herinneren aan de jodenvervolging in de Tweede Wereldoorlog, zoals onderduikadressen, monumenten en werkkampen. Het pad volgt zoveel mogelijk de route van de spoorlijn waarover mensen gedeporteerd zijn en is daarom bewust gemarkeerd in een enkele richting naar het kamp.

Margreet gaat het Westerborkpad lopen op zaterdagen en evt. weekenden. De kosten zijn 5 euro voor Nemoleden en voor niet Nemoleden 10 euro. Deelnemers kunnen zich aanmelden via margspruyt@hotmail.com Bij voldoende belangstelling stuurt zij een datumprikker, waarna ze de data gaat vaststellen.

NEMOLAND POLEN

Miedzylesie 5 - 58-512 Stara Kamienica - info@nemoland.org
facebook nemolandpolen - www.nemoland.org



Nemoland op de Ramberg is een wonderlijk niemandsland in het Poolse Reuzengebergte waar de natuur de regie heeft overgenomen. Nemoland bestaat uit 34 ha natuurgebied, moestuinen, kleine boerderij, bibliotheek, atelier, gastenverblijven, verhalencentrum, beek, vuurplaatsen, klimrots, een luchtkasteel en een theater.

Back2Earth

Nemoland is bedoeld als alternatief voor de mijnbouwplannen en andere ontwikkelingen die natuur en landschap bedreigen, door op te komen voor duurzame, ecologische ontwikkeling, samen met dorpsorganisaties. Terug naar de aarde is geen vlucht, maar het terugvinden van de bezieling van het landschap en de symbiose met de natuur.

PROGRAMMA 2016

Nemoland met haar bewoners en bezoekers bewegen op het ritme van de aarde. Nemoland is een homestead: gericht op zelfvoorzienend leven van/met de natuur.

- Struinen: Wandelen is de beste manier om vertrouwd te worden met het landschap. Overal zijn voetpaden en je kunt eindeloos struinen.
- Moestuin: Met je handen in de aarde. Help mee in de moestuin en de boomgaard. Oogst je eigen producten en verwerk ze tot bijvoorbeeld jam.
- Boerderij: Samenleven met dieren. Verzorg de konijnen, kippen, schapen en huisdieren. Knuffel de konijnen en eet wat de natuur en de dorpswinkel biedt.
- Eetnatuur: Eten verzamelen uit de natuur. Verzamel wilde planten, wortels en vruchten. Het bos is je supermarkt, het weiland je tuin!
- Bushcraft: Overleven in de natuur. Leer op oeroude manieren vuur maken en meer. Met zo min mogelijk middelen in staat zijn te overleven in de wilde natuur.
- Dieren en sporen: Genieten van de natuur. Op pad door de bossen, op zoek naar wilde dieren en diersporen.
- Landschapsonderhoud: Samenwerken met de natuur. Het landschap en de mens komen samen. Help mee het landschap te onderhouden door seizen en snoeien.
- Hutten bouwen: Kom tot rust en geniet van de stilte. Bouw je eigen hutten om daar ook zelf te overnachten.



Verhalen beleven

- Oeroude verhalen geven de geheimen van het landschap prijs. Het niemandsland is een poort naar de droomtijd waar natuurkrachten de regie hebben.
- Verhalen vertellen: Elke avond verhalen vertellen aan elkaar in het magische verhalencentrum.
- Verhalen uitbeelden: De mythes van de streek uitbeelden. Eindproducten in de vorm van film of theater.
- Bouwen aan het luchtkasteel: Iedereen is een kunstenaar. Draag bij aan een magisch landschap door ergens je eigen kunstwerk achter te laten, of mee te bouwen aan het luchtkasteel.
- Raadselwandelingen: Een speurtocht naar geheime plaatsen in de omgeving. Op zoek naar sporen van het verleden: magische waterbronnen, middeleeuwse muren en ruïnes.
- Tochten naar het Barre Land: Bij nacht en ontij, of bij speciale maanstanden zijn er nachtelijke tochten naar het Barre Land. Het ritueel en de bestemming zijn zo geheim dat die niet in dit programma kunnen worden opgenomen.
- Becoming Nemo!
Word elementaal! Beleef de essentie van Nemoland in real time/real life, met het spel Becoming Nemo. Het spel is een walkabout naar het geheim van Nemoland, op zoek naar de Rebis. Het spel (een soort weerwolvenspel) begint bij je aankomst en houdt eigenlijk nooit meer op.

In 2016 vrijwilligers gezocht voor:

- hout hakken, kloven en stapelen
- voetpaden en verruigde weilanden maaien en snoeien
- perma voedseltuinen opzetten
- wol verwerken: spinnen, viltten en weven
- ambachtelijke natuurproducten maken (met fruit, kruiden, bloemen)
- hutten en bruggen bouwen
- leren overleven in de natuur (bushcraft)
- film/theaterproductie maken over lokale legenden
- verder bouwen aan het luchtkasteel
- wandelroutes maken/lopen voor de gemeente Stara Kamienica
- geschiedenisproject Kamienica; interviews met dorpsbewoners
- organiseren van een dorpsfeest
- voor creatieve projecten: talenten en pioniers gezocht; veel ruimte voor eigen inbreng!

Nemoland op de Ramberg

Afgelegen natuurgebied van 34 ha met weilanden, beken, heuvels/bos en overall voetpaden; kleine boerderij met moestuinen, boomgaard en dieren. In het Reuzen/Isergebergte, op de grens van Polen, Duitsland en Tsjechië, 925 km van Amsterdam, in het hartje van Europa, dichtbij Dresden, Wroclaw, Praag.

Verblijf

Het witte huis (woonhuis), natuurcamping met sanitair, warme douches en wifi, gastenkamers, stacaravans, blokhuut en groepsaccommodatie, 3 compleet ingerichte keukens, warme douches, café joppe met grote studio/meditatieruimte, bibliotheek, weef/vilt-atelier, verhalencentrum, theater, vuurplaatsen, leemoven, luchtkasteel.

Voor wie

Voor iedereen die actief wil zijn in de natuur. Nemoland is een low budget activiteit van de vereniging Nemo zonder winstoogmerk. Bezoekers worden automatisch lid. Gasten en vrijwilligers worden uitgenodigd mee te helpen/mee te doen met werken in de natuur, hutten/bruggen bouwen, voetpaden vrijmaken en diverse projecten.

Omgeving

- oud cultuurlandschap met kastelen, schilderachtige dorpen en oude ontginningspatronen
- veel rotsen, bronnen en andere landschapselementen met mythen en legenden
- uitgestrekte natuurgebieden en bergen (Isergebergte Reuzengebergte Bóbrdal)
- naar alle richtingen onverharde wandelroutes
- dichtbij historische steden en kuuroorden Jelenia Góra, Szklarska Poreba en Swieradów Zdrój
- de dorpswinkel op 15 min. loopafstand
- goed bereikbaar met openbaar vervoer

Bushcraften in Polen

Krijg jij ook geen genoeg van buiten bezig zijn? Deze zomer is Leefnatuur in juli en augustus in Nemoland Polen. Dat is een groot terrein van Nemo. Er is een natuurcamping met daaromheen 32 hectare bosrijk land. Een bushcraftparadijs. Je bent de hele zomer welkom, maar in de eerste week van augustus is er een speciale bushcraft week. Dan worden alle basistechnieken van bushcraft behandeld, inclusief een dagtocht de bergen in en overnachten in het bos. Informatie: www.leefnatuur.nl

**WANDELEN OVER HET POOLSE JACOBSPAD**

van Jelenia Góra naar Gryfów
groepsreis 7 t/m 14 augustus 2016

In 2016 is er weer een begeleide groepswandeltocht langs een deel van het Poolse Jacobspad. Dit keer een korte route, van Jelenia Góra naar Gryfów, misschien wel het mooiste deel van de hele tocht. Door boekweitvelden, langs meren en rivieren. Korte rustige routes (ca 10 km per dag), totaal 45 km, met genoeg tijd voor andere uitstapjes, zoals bezoek aan stadjes, kerken, kloosters, kastelen of zwemmen in het Meer van Gryfów. Start en eindpunt: Nemoland.

Data: zondag 7 t/m zondag 14 augustus 2016

Begeleiding: Mathilde. Reissom: 365 euro pp all-in (excl. vervoer heen/terug, ter plekke en bagagevervoer) Reis naar Polen met bus, trein of vliegtuig.

Info via info@nemoland.org

Je kunt natuurlijk ook eerder komen of langer bij Nemo blijven en vandaaruit mooie wandelingen in de omgeving maken met Mathilde.

Wandelen met Hauptmann

1-8 augustus 2016

Anneke Hesp heeft een aantal wandelroutes ontwikkeld rond het Poolse Reuzengebergte met als thema de Duitse schrijver en Nobelprijs-winnaar Gerhart Hauptmann die hier het grootste deel van zijn leven gewoond en gewerkt heeft.

Hauptmann (1862-1946) was een Duits toneelschrijver. Aanvankelijk schreef hij realistische drama's, waarin hij aandacht schonk aan de slechte situatie van de armen, later ook meer symbolische stukken en werken gebaseerd op de Griekse mythologie. Hij geldt als medegrondlegger van het Duitse naturalisme.

Samen met Nemoland Polen organiseert Anneke 5 dagwandelingen uit haar boekje in de eerste week van augustus. Alle wandelingen leiden over onverharde paden door de bossen en velden van het Reuzengebergte, langs de waterval van Sklarska Poreba, het kasteel Chojnik en over de bergkam. De vijfde route verbindt de twee lokale musea over de gebroeders Hauptmann. Anneke Hesp begeleidt de wandelingen en verzorgt eventueel vervoer naar het vertrekpunt. Overnachten in Nemoland Polen. Het is tussen 28 september en 5 oktober mogelijk met Anneke enkele tochten uit de gids Wandelen met Simone de Beauvoir mee te lopen in Parijs en/of Marseille. Meer info: annekehsp@gmail.com www.walkingwithhesp.wordpress.com



NEMO ORGANISEERT RONDETAfelGESPREK: ACTIEF IN HET GROEN ALS WERK&WELZIJNSTRAJECT

De Nemo-activiteiten in het groen, zoals de wandelingen en het werken in de moestuin, zijn goed voor de gezondheid en het welzijn. Maar Nemo loopt voortdurend aan tegen knelpunten, zoals hoge inleenvergoedingen voor WSWers, elkaar tegenwerkende instanties, frusterende wet®elgeving en falend overheidsbeleid. Nemo organiseert Nemo op 7 april een rondetafelgesprek over de mogelijkheden en belemmeringen bij het ontwikkelen van welzijnsarrangementen (groen op recept), vrijwilligerswerk, dagbesteding en participatietrajecten in het groen.

De deelnemers van het Rondetafelgesprek zijn stakeholders en verantwoordelijken voor het beleid en/of uitvoering van werk/welzijnstrajecten in het groen: Stadsdeel West, De Regenboog, WPI/W&R, ABC-alliantie en maatschappelijke organisaties. Het gesprek is een informeel overleg 'met de voeten op tafel' om te brainstormen over kansen en mogelijkheden met als product een concreet pilot-project. Als uitgangspunt en voorbeeld geldt Groot Westerpark en de directe omgeving van Nemoland.

Wel of niet waar???

1. De aanbieders en afnemers van (groene) welzijnstrajecten in de buurten werken langs elkaar heen en bestaande subsidiestromen werken contraproductief. De doelgroep (GGZ, ex-mappers/sappers, mensen met een jarenlange uitkering of een Wajong-, WIA- of WSW-status) worden niet bereikt en vallen tussen de wal en het schip.
2. De opkomst van buurtcoöperaties, sociale firma's/zzp-ers en zich uitbatende buurthuizen maken het beeld complexer, omdat eigen belang voorop staat, en subsidies vaak oneigenlijk gebruikt worden.
3. De centralisatie en harmonisatie van NME en groenbeheertaken (bv schooltuinen) door de centrale stad leidt tot kaalslag van buurtinitiatieven en maatschappelijke organisaties.
4. Een (witte) happy few in de stad profiteert het meest van de dure groenvoorzieningen en bedrijven in het groen (westergas), en grote groepen allochtonen en minder kansrijken vallen buiten de boot.
5. Maatschappelijke groene organisaties hebben grote financiële en organisatorische problemen door het verdwijnen van ID-ers, mappers/sappers en de hoge inleenvergoedingen voor WSWers. De gemeente zet in op de participatie-samenleving, WNS (welzijn nieuwe stijl) en KMO (burgerkracht), maar ontmantelt tegelijkertijd maatschappelijke organisaties die dit willen realiseren.
6. De regelgeving van WMO en Participatiewet, en het beleid van de staatssecretaris (Klijnsma) en de gemeente (Vliegenthart) zijn tegenstrijdig en botsen met de werkelijkheid en de problemen in de buurt.

Groen doet goed.

Groenbeleving zoals gezond bewegen, educatie (NME) en participatie in groenprojecten in de buurt leveren een wezenlijke bijdrage aan zingeving, welzijn, sociale cohesie, integratie en psychische/lichamelijke gezondheid (tegen stress, eenzaamheid, overgewicht, depressie, ziekteverzuim). Bovendien is meer groen goed voor het milieu, het klimaat, gezonde voeding en een gezonde leefbare stad. Ook voor jongeren met een 'natuurtekortsyndroom' is groenbeleving existentieel. Bovendien is er veel ongebruikte kennis/affiniteit met groen aanwezig in de buurt (thuiszittende allochtone vrouwen, ouderen). Natuur kan een brugfunctie bieden naar allochtonen, asielzoekers en vluchtelingen. Groen is verreweg de goedkoopste en meest effectieve welzijnsvoorziening.



Wat zijn de groene kansen in Groot Westerpark en de Bretten

1. Stadslandbouw (voedseltuinen en buurtmoestuinen, foodcoops): samenwerking en win-situaties tussen terreinbeheerders en kenniscentra (groenbeheer, Landschap NH en schooltuinen), tuinparken en buurtmoestuinen.
2. Groene publieksmanifestaties: uitdeelkraam/proeverij, milieumarkt, wandelevenement, open dagen, buurtmaaltijden
3. Aanbod werken in het groen bij maatschappelijke organisaties: faciliteren en bundelen van het aanbod voor participatietrajecten, dagbesteding, stages en vrijwilligerswerk (groene welzijnsarrangementen).
4. Wandelen: ontwikkelen van een wandelnetwerk en wandelarrangementen voor de buurt, ism tuinparken.
 - a. Thema-wandelingen en (natuur)excursies
 - b. Oost-west wandelverbinding door tuinparken, tussen Schooltuinen en Oud Osdorp
 - c. Cultuur-historische wandelingen (Soelen)
 - d. Biowalking en andere vormen van gezond bewegen
5. Gebiedsgericht beleid: groene welzijnstrajecten en participatietrajecten integreren in de plannen voor Landschapspark de Bretten, Groot Westerpark en de Overbraeck
6. Buurtnetwerken: inhaken op bestaande initiatieven en netwerken in de Spaarndammerbuurt, Staatsliedenbuurt en Bos&Lommer
7. Kinder-natuuractiviteiten in het groen (kinderboerderij, schooltuinen, woeste westen) bundelen, uitbreiden en aanvullen met activiteiten in de Bretten.



PROGRAMMA VOORTJAAR/ZOMER 2016

NEMOLAND WESTERPARK

Groene oase in het Westerpark bij de poel de Braeck. In dit wonderlijke niemandsland heeft de natuur de regie overgenomen. Nemoland ligt in de Overbraeck op het terrein van de schooltuinen, tussen de Kinderboerderij en het Woeste Westen. OV bus 21, 48 tram lijn 10 eindpunt van Hallstraat.



Buurtmoestuin Soelen

Meehelpen in de nieuwe Soelentuin en gratis perma tuincursus.

Foodcoop Westerpark

Voedselcoöperatie voor biologische en ambachtelijke streekproducten uit de Nemo-buurtmoestuin en Nemoland Polen. Afhalen ma di do vri 10-17u. In Amsterdam wordt soms ook thuisbezorgd tegen een geringe vergoeding

Buurttuinhuis Nemoland

Boeddhistische meditatie en Yantra yoga Stichting Dzogchen, Sjamanistische training, Drumcirkel en Intuïtief masseren
Tai Chi en Klankconcert Soundhealing

Babcia: buurtmaaltijd

Traditionele Poolse, Oekraïense en Russische maaltijd met een thema op vrijdagavond 18u 22 apr, 20 mei, 17 juni in de Boomsspijker, Rechtboomssloot 52, Amsterdam-Nieuwmarkt - € 6 – reserveren bij Nemo

DAGWANDELINGEN

Wandelen elk weekend met begeleiding ca 10/15 km, op zoek naar onbekende paden en routes. Met openbaar vervoer in de omgeving van Amsterdam of met de auto wat verder weg, op plekken die niet bereikbaar zijn met ov.



- met Margreet: rustige wandeling (ca 10 km) op vrijdag om de week in de omgeving van Amsterdam.
- met Mathilde: rustige wandeling (ca 10 km) op zaterdag eenmaal per maand
- met Vincent: stevige wandeling (ca 15 km) op zondag om de week.

NEMOLAND POLEN

Natuur&wandelen centrum aan de voet van het Iser- en Reuzengebergte in zuid-west Polen. Hele jaar open: studio/meditatieruimte, klimrots, verhalen-paviljoen, atelier, theater, boerderij. Verblijf: natuurcamping, kamers, blokhut. caravans, groepsruimte Vrijwilligers/stagiaires welkom.
Info: www.nemoland.org



**Overbrakerpad 2
1014 AZ Amsterdam
WWW.NEMOLAND.NL**

**Facebook: [nemo.wandelaars](https://www.facebook.com/nemo.wandelaars)
[nemolandwesterpark](https://www.facebook.com/nemolandwesterpark)
[nemolandpolen](https://www.facebook.com/nemolandpolen)
Wandelblog
voetpaden.blogspot.nl**

**voetpaden@gmail.com
IBAN NL59INGB0000527317
telefoon: 020-6817013**
Mobiel tijdens wandeling:
06-21624367.
Buiten kantoor tijd in dringende gevallen
06-53604513 of 020-6844331

Wandelingen voor/door leden naar de achterkant van Nederland, per auto of ov, met kleine groepen en veel aandacht voor natuur en landschap.

PRIJZEN

Lidmaatschap € 15 per jaar

Dagwandeling met auto ledenprijs € 15
incl. vervoer/ koffie/route
Met eigen vervoer € 5

Openbaar Vervoerwandelingen € 5

Zondagwandelingen opgeven vóór vrijdag 12 uur.
Annuleren bij dagwandelingen tot 24 uur voor de wandeling.
Bij te laat afzeggen of te laat komen moet je toch betalen.
Voor weekends/weken gelden andere regels, zie reisvoorwaarden <http://nemo.pz.nl/reisvoorwaarden.html>
Volgende programma verschijnt in september 2016.





NEMO WANDELAGENDA VOORJAAR/ZOMER 2016

M ov-wandeling met Margreet op vrijdag 10 km
Math ov-wandeling met Mathilde op zaterdag 10 km, rustig tempo
V wandeling met Vincent op zondag (keuze uit: 🚗 (auto) of ov-wandeling)

vr 1 apr	M Westerborkroute vervolg	vr 19 aug	Polder- en zeedijken londer Volendam
vr 8 apr	Algemene Ledenvergadering		M Santpoort-Noord – Parnassia – Bloemendaal
za 9 apr	vereniging Nemo	zo 21 aug	V 🚗 Rhenen, Nederrijn, Blauwe Kamer. Bos en berg, rivierdijken en natuur
zo 10 apr	en zo 10 apr Weekend Winterswijk met Mathilde: Meddose Veen, Huppel, Henxel, landgoederen (hotel)	vr 2 sep	M Ipendam – Broek in Waterland – Watergang
	V Heiloo, Heilooer Bossen, Nijenhuis. Landgoederen en landgoedbossen tussen Heiloo en Alkmaar.	zo 4 sep	V Breukelen, Loenen, Nieuwersluis. Vecht en Loosdrechtse Plassen
vr 15 apr	M Kadoelenroute rondom Landsmeer	za 24 sep	Soelen Festival Nemoland Westerpark
za 23 apr	Math Halfweg – Sloterdijk, Brettenuitpad, Lange Bretten	zo 25 sep	V 🚗 Klompenpad Griezeveensepad, Boeschoten. Bos en landgoederen aan de rand van de Veluwe
zo 24 apr	V 🚗 Pijnacker, Delftse Hout, Bieslandse Bos, Recreatiebossen en –plassen	vr 30 sep	M Halfweg – Eendrachtspark – Sloterpark
vr 29 apr	M Van Goghwandeling Amsterdam	za 1 okt	Math Kalverpolder, Enge Wormer, Zaansche Schans
zo 8 mei	V Veenendaal, Elst, Amerongsche Berg. Bossen op zuidelijke Heuvelrug	zo 9 okt	V Oosthuizen, Schardam, Etersheim. Pontjesroute en polderdijken.
vr 13 mei	M Zaandam – Nauerna – Westzaan		
ma 16 mei	V 🚗 Tweede Pinksterdag. Soest, Amersfoort, De Birk. De Eem		
za 21 mei	Betalen Math Spaarnwoude NS, Spaarndammerdijk, Houtrakpolder, Geuzenbos		
vr 27 mei	M Oeverlanden, Lijnden, Osdorperweg		
zo 29 mei	Overbraeck Festival Nemoland		
zo 5 juni	V 🚗 Noordwijk, Oosterduinsemeer, Langeveld. Duinen		
vr 10 juni	M Castricum, duin, strand		
zo 19 juni	V Vleuten, Haarzuilens, Hollandse Kade. Groene Hart bij Utrecht		
za 25 juni	Math Stelling van Amsterdam: Veer Buitenhuizen, Fort Ben. Spaarndam		
zo 3 juli	V 🚗 Amerongen, Nederrijn, Zuylestein, Hellingen Heuvelrug en uiterwaarden Rijnvallei		
vr 8 juli	M Nes aan de Amstel Botshol Abcoude		
zo 17 juli	V Scharwoude, Oudendijk, Grosthuizen. Polders en IJsselmeerkust onder Hoorn		
vr 22 juli	M Rondje Holysloter Die		
zo 31 juli	V 🚗 IJmuiden, Parnassia, Duin en Kruidberg. Strand, duinmeren en zee		
vr 5 aug	M Langs de Amstel naar Amstelveen t/m zo 14 aug		
zo 7 aug	Math Wandelweek langs het Jacobspad in Zuid- Polen (www.jacobspad.com)		
zo 14 aug	V Katwoude, Zedde, Gouwzee.		

Betalen

Het centrale banknummer van Nemo is
IBAN NL59INGB0000527317 tnv Nemo

Toelichting

Aleen de wandelingen met het auto-icoontje 🚗 zijn met auto's. Alle andere wandelingen zijn via openbaar vervoer.

Opgeven:

voetpaden@gmail.com tel. 020-6817013
 voor de zondagwandeling uiterlijk vrijdag 12uur

Ophaalroute:

Haarlemmerpoort, Centraal Station, Amstelstation

Meer info: www.struinen.nl

Route en info over de wandeling:
<http://voetpaden.blogspot.nl/>
 Facebook: nemo.wandelaars
 Volgend programma verschijnt in september 2016