



**VRIJE WANDELAAR NIEUWSBRIEF**  
**april 2017 - 24e jaargang nr 71**  
vereniging nemo, overbrakerpad 2, 1014 az amsterdam



terug in de tijd: met Nemo struinen naar de oorsprong van het landschap  
(vervolg zoz)



vooruit in de tijd: nemoland polen heeft de toekomst (belgische hannibalgroep)





## DE RYBNICZANKI KOMEN!

Nemo organiseert tournee Poolse vrouwenkoor in Nederland

- donderdag 20 april 19.30u in Buurtcentrum Horizon, Hembrugstraat 156, Amsterdam-Spaarndammerbuurt, toegang gratis!
- vrijdag 21 april 18u in de Boomsspijker, Rechtboomssloot 52, Amsterdam Nieuwmarkt met traditionele Poolse Babcia-maaltijd, toegang 6 euro.



Van 19 april tot en met 23 april 2017 komen de Rybniczanki naar Nederland; een vrouwenkoor uit het dorp Rybnica (dichtbij Nemoland Polen) met een repertoire van Poolse volksliedjes. De vereniging Nemo organiseert dit eerste tournee van het Poolse vrouwenkoor in Nederland vanwege de vriendschappelijke banden van het koor met Nemoland Polen. De vrouwen hebben vaak opgetreden in Nemoland. In september 2017 organiseerde Nemo een gezamenlijk optreden met een West-Friese dansgroep die optraden op de Hollandse Dag van Nemo in Polen. Ook met het Slavische koor Mila uit Leiden zijn veel contacten. Daarom gaan de Rybniczanki ook naar Leiden en West Friesland, maar op donderdag en vrijdag 20/21 april zijn ze in Amsterdam. Op donderdag 20 april treden ze op in Buurtcentrum Horizon en vrijdag 21 april verzorgen zij een traditionele Poolse 'Babcia' maaltijd in de Boomsspijker en zingen ze de sterren van de hemel. Toegang maaltijd&concert slechts 6 euro.

Rybnica is een klein dorp in de Poolse gemeente Stara Kamienica, niet ver van het Reuzengebergte en dichtbij Nemoland Polen. Het koor is het belangrijkste bindmiddel in het dorp, omdat de vrouwen dorpsfeesten organiseren, taarten bakken en de traditie van oude Poolse volksliedjes in ere houden.

Nemo wil met het optreden een stukje authentieke Poolse dorpscultuur laten zien. Dit vrouweninitiatief is voor het Poolse dorp immens belangrijk en toont de andere (vrouwelijke) kant van Polen die in het westen geheel onbekend is. Daarom vertellen we bij het concert ook hun verhaal, de geschiedenis van hun dorp, de positie van vrouwen en hoe het Poolse dorpsleven is. Ze komen uit een streek dat voor de oorlog Duits was. De Duitsers zijn na de oorlog verdreven, en de ouders van de Poolse vrouwen zijn op hun beurt ook verdreven uit het voormalige Polen (nu Oekraïne) en moesten een nieuw leven opbouwen in het 'nieuwe land', het huidige westen van Polen. Daarom heeft traditie, en vooral oude volksliedjes een grote emotionele waarde. En ze zingen niet alleen, maar ze bakken de heerlijkste taarten en traditionele Poolse gerechten. En met elkaar houden ze ook allerlei oude ambachten in ere. Zo zijn ze een belangrijk bindmiddel in het Poolse dorp, dat weinig sociale bindmiddelen kent.

### **Slaapplaatsen gezocht!**

Gezocht voor de 2 nachten in Amsterdam (donderdag/vrijdagavond 20/21 april) slaapplaatsen waar 2 dames (of meer) kunnen overnachten. Ontbijt en maaltijden verzorgt Nemo in het Nemocentrum.

### **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 bessentuin en een kweektuin. Uitgangspunt is dat er op biologische wijze wordt verbouwd, met accent op de permacultuur; dat wil zeggen, uitgaande van natuurlijke omstandigheden.

### **Vrijwilligers gezocht!**

In de moestuin en groentenkraam werken vrijwilligers uit de omringende buurten. Elke donderdag wordt er samengewerkt en verder kan iedereen komen werken in zijn/haar eigen tijd. 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

### **Film over Soelen**

Het historisch filmbedrijfje Jaar&Dag heeft in opdracht van Nemo een korte film gemaakt over het 18e eeuwse lusthof Soelen van Christoffel Beudeker, dichtbij Nemoland. Nemoland heeft veel historisch materiaal gevonden over Beudeker en zijn lusthof, en wil met deze geschiedenis weer tot leven brengen. De film is te zien op youtube, zoek op 'Jaarendag' en 'Soelen'.

### **Nemoland Polen klaar voor de zomer**

Vanaf mei staat Nemoland Polen weer klaar voor individuele gasten en groepen die het onbekende Polen willen verkennen. Ook in 2017 komen weer 3 groepen Belgische jongeren naar Nemoland Polen om hun handen uit de mouwen te steken. Meer vrijwilligers zijn erg welkom. Het wordt een actieve zomer voor ieder wat wils, met o.a. een wandelweek van Vincent, de productie van een film, bushcraft-workshops, verhalenprogramma's, het bouwen van een kunstwerk, de Vision Quest van Sjamaan. Voor het programma en meer informatie, zie elders in dit nummer.

### **Huisarchief gevonden bij de burens van Nemoland Polen**

De Poolse burens van Nemo in Polen hebben onder de dakpannen een uitgebreid huisarchief gevonden van de voormalige Duitse bewoners. Het zijn 20 groot formaat foto's uit eind 19e eeuw en 150 pagina's met de hand geschreven archiefstukken, contracten, lijkdichten enz. vanaf 1820 tot 1880. Het is een bijzondere vondst omdat het hele gemeentearchief in en na de oorlog verdwenen is, en er verder weinig bewaard is. Nemo heeft met veel moeite het archief kunnen kopen van de buurman om het veilig te stellen en bekend te maken, in samenwerking met Duitse historici. Foto: Rambergschänke, voormalige herberg



## **BABCIA**

"eten bij oma"  
Slavische buurtmaaltijd  
met een thema  
1x per maand,  
in de Boomsspijker  
Rechtboomssloot 52,  
A'dam Nieuwmarkt  
€ 6 - 18u  
reserveren 020-6817013  
babcia@nemoland.nl

### **vrijdag 21 april DE RYBNICZANKI KOMEN!**

Kookkunst en optreden van het Poolse vrouwen koor uit Rybnica voor de 1e keer in Nederland, met Poolse volksliederen begeleid door 2 accordeons en grote trom. Ze maken een traditionele Poolse maaltijd en zingen de sterren van de hemel!

### **vrijdag 19 mei TSJECHISCHE AVOND**

Onze Tsjechische buurtgenoot en kunstenaar Arthur Gläsner kookt voor ons en presenteert een inleiding over Tsjechië, Comenius en zijn eigen kunst.

*Nemo heeft al 10x een buurtmaaltijd georganiseerd in de Boomsspijker met Slavische thema's en menu's. De opkomst was overweldigend, dus daarvoor waren hele grote pannen nodig. Nemoleden zijn van harte welkom. Het is slim om zo vroeg mogelijk te reserveren.*

### **Jaarvergadering vereniging Nemo**

Op goede vrijdag 14 april 19.30u is de algemene ledenvergadering van Nemo in Nemoland Westerpark. Denk/praat mee over de toekomst van Nemo! Meer info zie elders in dit nummer.

### **2018 jubileumjaar voor Nemo**

Volgend jaar viert Nemo een aantal jubilea: Nemo bestaat dan 30 jaar; het tijdschrift de Vrije Wandelaar 25 jaar; Nemoland Polen 20 jaar; en Nemoland Westerpark 10 jaar. Dat is alle reden om 2018 uit te roepen tot een feestelijk Nemo-jaar. Hoe, waar en wanneer, dat is nog een verrassing!



## **Buurttuinhuis Nemoland Westerpark**

Natuurgebied met een grote bostuin, boomgaard, voedselbostuin, kruidentuin en bessentuin, aansluitend op het natuurpad (kabouterpad) van de Schooltuinen. Nemoland ligt in 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.

Vanouds het woonhuis van oertuinman Bert Ydema, nu een buurttuinhuis van/voor de buurt met activiteiten met de natuur als inspiratiebron. Het buurttuinhuis is ook startpunt van wandelingen in de wijde omgeving.

### **Tai-Chi & Qi-Gong & Yichuan**

Op 19 april start de voorjaarscursus MOVING=art. Health & Wellness voor BODY + MIND. Een energie boost door een rustige en vriendelijke manier van bewegen in aandacht. Ontwikkel je eigen kracht met TAI-CHI & QI-GONG & YICHUAN.

Tijdens de lessen doen we loop-, bewegings, en ademhalings-oefeningen om lichaam en geest in balans te brengen en innerlijke kracht op te bouwen. Ook doen we Zhan-Zhuang meditatieve training. We trainen vanuit de basisprincipes van Chinese Internal Arts die uitgaan uit van een holistische en body-gebaseerde aanpak waarbij nieuwe neurale paden gecreëerd worden en stress wordt verminderd. Woensdag 19.30-20.30u: 19, 26 april, 3, 10, 17, 31 mei, 7, 14, 21, 28 juni

### **Klankschaal concerten Soundhealing**

Tijdens een klankschaal concert maakt Rieneke gebruik van 22 Tibetaanse klankschalen, een kristallen 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. Ga mee met de klanken en laat het gewoon gebeuren. [www.soundandhealing.nl](http://www.soundandhealing.nl)  
[info@soundandhealing.nl](mailto:info@soundandhealing.nl)  
Elke laatste dinsdag van de maand.

### **Sjamaan voor training, cursus, healing op sjamanistische wijze**

Sjamanen drum workshop: zelf een traditionele sjamanendrum bouwen, healing en trance begeleid je voortaan met jouw drum. 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](http://www.sjamaan.nl) [info@sjamaan.nl](mailto:info@sjamaan.nl) of bel 06-246 999 10

### **Boeddhistische meditatie**

Internationale Dzogchen Community Rangdrolling. Informatie en aanmelden: [www.dzogchen.nl](http://www.dzogchen.nl)

## **Soelentuin**



In de winter is veel werk verzet om de nieuwe lokatie geschikt te maken als moestuin. En het eerste seizoen van de nieuwe Soelentuin was meteen een succes. De kraam stond elke donderdag langs het fietspad, mensen kunnen nu makkelijker even komen kijken in de tuin of zelf oogsten, en het is er gezellig met de bankjes. En alles biologisch. Ook de fruitbomen zijn gesnoeid geadopteerd door een professionele fruitbomensnoeier uit West Friesland. Er was meteen een flinke pruimen- en appel oogst. Enige zorg is er wel, zijn de konijnen nu buitengesloten, eten de houtduiven alles op! Alles moet onder gaas en netten, extra veel werk maar zonder dat zal er niets meer te oogsten zijn...

Er is een kleine hechte groep vrijwilligers voor de moestuin. Op vaste middagen wordt in de tuin gewerkt met begeleiding van Andreas en verder komt iedereen wanneer het uitkomt. Er is altijd veel werk te doen, meer vrijwilligers zijn welkom.

### **De ijsvogel broedt weer**

Een trouwe vogel, al zovele jaren broeden ze in de Nemobostuin. Ook nu zijn de eitjes alweer gelegd en kan het broeden gaan beginnen. Vanuit de kijkhut is alles goed te volgen, kom ook eens langs!

### **Groot Westerpark.**

Er komt een hele nieuwe woonbuurt rond het Westerpark in het gebied van de huidige havens: Haven Stad. En de nieuwe bewoners moeten recreëren, dus moet het Westerpark een groot stadspark worden, zoals het Vondelpark. Groengebieden zoals de tuinparken, moeten meer opengesteld en toegankelijker worden. Nemo draait mee in de overlegbijeekomsten, want de plek van ons groengebied ligt zeer centraal. De verhouding tussen rust en en reuring, daar draait het om. 8 juli is wethouder Choho van stadsdeel West al eens komen kijken naar de mogelijkheden om het hek van de schooltuinen aantrekkelijker te maken als toegang tot de tuinparken. In de plannen van de gemeente komt de ecologie van het park nauwelijks aan bod. Nemo heeft gepleit voor meer en betere ecologische verbindingen voor mens, plant en dier. De inzet van Nemo is om Nemoland Westerpark te ontwikkelen als wandel/natuurcentrum.

---

# Nemo jaarvergadering

*Op goede vrijdag 14 april 19.30u is de algemene ledenvergadering van de vereniging Nemo in Nemoland Westerpark. Denk/praat mee over de toekomst van Nemo!*

*Agenda: jaarverslagen 2016 en beleidsplan/begroting 2017.*

## **Verslag 2016 en plannen voor 2017**

In 2016 waren er 48 (in 2015: 42) dagwandelingen met 419 (373) deelnemers; dus een duidelijke stijging. Net als in 2015 één weekend Winterswijk met 6 deelnemers. Nemoland Polen 186 (226) gasten; meer groepen maar veel minder individuele gasten en gezinnen. De activiteiten in het buurttuinhuis van Nemoland in het Westerpark en de buurtmoestuin breidden zich steeds meer uit. Nemoland Polen kreeg bezoek van 3 jeugdgroepen uit België, die vrijwilligersactiviteiten deden. In de Boomsspijker werden 9 Babcia-maaltijden en thema-programma's georganiseerd; een nieuw initiatief met een grote opkomst, meestal meer dan 50 bezoekers per avond. Door de oplopende loonkosten en de dalende inkomsten had Nemo financieel een groot tekort in 2016, waardoor wederom de reserve flink werd aangetast.

In 2017 gaat Nemo zich verder omvormen tot een vrijwilligersorganisatie om de kosten te drukken. In 2017 wordt het aanbod voor groepsactiviteiten in Nemoland Polen uitgebreid. In Nemoland Westerpark worden de activiteiten in de Soelentuin en het buurttuinhuis verder uitgebreid. In het kader van de gemeentelijke plannen voor Groot Westerpark komt Nemo op voor de ecologie van het park en Nemoland als natuur/wandelcentrum. Voor de wandelingen, zie het artikel van Vincent. Verdere verslagen en details worden gepresenteerd op de ledenvergadering. Projecten in 2017: organiseren van brettewandelingen, onderhoud van de nieuwe moestuin, boomgaard en de bostuin, uitbreiden van de uitdeeldkraam en proeverij, • wandelplan voor de Brettzone met het inventariseren van voetpaden en maken van routes. Ook de Babcia-maaltijden worden voortgezet. Voor het jubileumjaar in 2018 (Nemo 30 jaar, Nemoland Polen 20 jaar, Nemoland Westerpark 10 jaar) worden projecten en activiteiten voorbereid.



## **Activiteiten in 2016**

### **29 mei Opening Soelenmoestuin en Overbraker Polderpad.**

Zondag 29 mei was de Dag van het Park en het Overbrakerfeest. Nemoland deed mee met een open dag met veel activiteiten en lekkere hapjes bij de groentekraam en de proeverij. De nieuwe buurtmoestuin Soelen werd officieel geopend, met een rondleiding en introductie van Mathilde. Vincent begeleidde een wandeling over het net geopende Overbraker Polderpad en Andreas bood een excursie aan naar de ijsvogelwanden. Verder was er een sjamanistische drumcirkel, Tibetaanse meditatie en cirkeldans, en een workshop bushcraft.

### **3 juli Open Tuindag**

Nemo deed mee met het initiatief van de 2 tuinparken, omdat de ingang van Nemo en de schooltuinen tevens een toegang is tot de tuinparken. De Nemotuinen zijn altijd open, de tuinparken hadden voor deze gelegenheid enkele privetuinen opengesteld.

### **24 sept. Soelenfestival**

Open dag Nemoland en feestelijke première van de Soelenfilm, met introductie door de filmmakers en acteurs. De filmvertoning werd vervolgd met een theaterwandeling over Beudeker, heer van Soelen die eindigde met zijn duik in de modderpoel. Het theater eindigde met een capoeira/djembe voorstelling.

### **Peuterwandelingen**

Een nieuwe activiteit zijn de sprookjeswandelingen voor pleuters, ism voorschool Westerpark en Jordaan. Voor peuters tot 4 jaar met hun ouders is er elk seizoen een aangepast aanbod. Er wordt eerst een verhaal verteld, daarna lopen ze in een groep het kabouterpad en het eindigt in de bostuin met iets speciaals, een vuurtje, een optreden, een verschijning....

### **De Soelenkraam**

Vanaf het voorjaar staat elke donderdag van 12 16 uur aan het Overbrakerpad de Soelenkraam, met het seizoenaanbod van de moestuin, producten uit Nemoland Polen en proeverij/theetuin. te staan. Het is nog even wachten op de eerste oogst, maar er is al veel gezaaid dus dat komt goed. Met toestemming van het stadsdeel is ook een picknicktafel geplaatst, zodat je er lekker bij kan zitten met de gratis kruidenthee en sap. Ook komt er nog een kruidenbak zodat mensen zelf kruiden kunnen plukken zoals bieslook en peterselie. Kom eens langs voor de lekkerste biologische groeten en kruiden. Voor een klein prijsje, en zelf oogsten in de moestuin mag ook!

---



# Wandelen

## Wandelen in 2016

Het lijkt dat Nemo de juiste koers heeft te pakken op het gebied van zijn dagwandelingen. In 2015 waren we al blij met de het hogere aantal deelnemers voor de autowandelingen en de OV-wandelingen. In 2016 zijn deze getallen echter flink overtroffen. Zo liepen bij de autowandelingen op zondag gemiddeld 12 mensen mee. Dat aantal is niet moeilijk om een enkele keer te bereiken, maar dit is een gemiddelde! Ook de OV-wandelingen op zondag stegen, en wel tot 9 deelnemers gemiddeld. En dan is er nog de OV-wandeling van Margreet op vrijdag. Het wordt saai, ook hier een stijging: er liepen gemiddeld 7 mensen mee. En dat terwijl er in 2016 nieuw ster aan het firmament verscheen, de OV-wandeling van Mathilde, een maal per maand op zaterdag.

Nemo biedt nu dus wandelingen aan op vrijdag, zaterdag en zondag. En alle soorten (met de auto of het openbaar vervoer) zitten in de lift. Bovendien: Waar in bange tijden de wandelingen nogal eens moesten worden afgelast wegens te weinig deelnemers, was dat in 2016 aanmerkelijk minder het geval. Nog leuker is dat de diverse wandelingen elkaar niet voor de voeten lopen: elk zijn/haar eigen publiek

En het blijft ons maar lukken om steeds nieuwe en leuke routes te bedenken. Meestal lopen we niet al te ver van Amsterdam, maar met de auto (op zondag dus) mogen we ook wel wat verder weg. Met andere woorden: in Holland en Utrecht (met wat uitschieters naar Flevoland en Gelderland) vinden we nog steeds mooie wandelgebieden voor een groeiend aantal deelnemers.

En dan heeft Mathilde niet alleen gescoord met de (nieuwe) zaterdagwandelingen, ze begeleidde ook een voorjaarsweek in Winterswijk en een Jacobsroute in de zomer in Polen.

Maar we mogen niet alleen onszelf op de borst kloppen. Ook de vrijwillige chauffeurs dragen bij aan het succes van de zondagwandelingen. Het concept van vrijwilligers die in hun eigen auto voor ons rijden, blijft succesvol. Het is ons tot nog toe altijd gelukt om voldoende auto's (met chauffeurs) bij elkaar te sprokkelen voor de vierweekse zondag-auto-wandelingen. Mede daardoor blijft het concept op die wandeldagen een succes: koffie met koek, wandelen, borrel. Zolang er vrijwilligers (en deelnemers!) zijn, gaan we door.

Hoe verder in 2017 en daarna?

Voorlopig zitten er geen grote wijzigingen aan te komen in de diverse concepten; daarvoor lopen ze veel te goed. Zowel Margreet, Mathilde als Vincent hebben er nog steeds zin in. Het begrip pensioengerechtigde leeftijd zegt ons niets. Van lichamelijke ouderdomskwalen weten we aanmerkelijk meer, maar die negeren we gewoon. Ook de meerdaagse gaat te goed om af te schaffen. Mathilde

biedt bijvoorbeeld weer een weekend Winterswijk aan. Wat het wandelen in Polen betreft, komt er maar een wijziging: geen Jacobspad, maar een wandelweek begeleid door Vincent, begin juli. We maken ons alleen zorgen om onze trouwe Kangoo. Die rijdt namelijk zo goed, dat we overwegen om eens te kijken of we misschien (aanzelender kunnen we het niet omschrijven) een wat nieuwer exemplaar kunnen aanschaffen. Maar voor de autowandelingen maakt dat echt niets uit.

*Anekdote van het jaar en alle volgende jaren*  
"De wandeling was 18,6 kilometer lang; de gemiddelde snelheid 4,3 km. per uur." Ja, dat krijg je te horen als oudgediende die nog weet hoe we in het begin over hekken klommen en over slootjes sprongen. Niks geen i-Phone of welke Phone dan ook. De wandeling was 20 km. lang en daarmee uit. De huidige wandeling is verordonneerd als 15 km. lang, maar aan de poten van die stoel wordt dus flink gezaagd. Er is een troost: Er leest maar een persoon kaart, en die is steeds weer tevreden als de groep veilig aankomt bij het eindpunt.

Vincent

## Vrijdagmiddagwandelingen met Margreet

Nadat we alweer enige jaren de vrijdagmiddagen om de 2 weken al wandelend doorbrengen met elkaar, gaan we ook dit nieuwe halfjaar met groot enthousiasme door met deze wandelingen. Er staan weer geheel nieuwe wandelingen op de agenda. Het aanbod is zeer gevarieerd, afwisselend ten noorden, zuiden, oosten en westen van Amsterdam. Zoals het ook in het Nemo-lied beschreven staat: Van oost, naar noord en naar zuid gaan wij er zondags (vrijdags) op uit. Deze middagen zijn inmiddels niet meer weg te denken uit het leven van een aantal medereiziger op de vrijdag. Ik noem het nu ook langzamerhand medereizigers omdat we rondlopen door dat stukje natuur in Nederland dat rondom Amsterdam (met een actieradius van 30 km) ligt.

## Westerborkpad

Hoe verder we komen op de route, hoe meer wandelaars meegaan op deze pegrimsroute naar Westerbork. Alsof een ieder steeds meer betrokken raakt bij wat zich toendertijd afgespeeld heeft. De afstanden zijn goed te lopen ( 10 -17 km ) als we verder komen op de route denk ik erover na om een weekend te gaan plannen. Dit omdat de afstanden van het reizen steeds groter worden natuurlijk. De data komen niet in de Vrije Wandelaar, maar worden iedere keer in overleg afgesproken. Eens in de zoveel weken krijgt iedereen die zich aanmeldt bij Nemo als deelnemer een mailtje met keuzedata en hieruit wordt een datum gekozen.

Margreet

## Topjaar in Nemoland Polen

Het zomerseizoen in Polen was erg druk met meerdere groepen. Uit België twee groepen scouts en de jongerengroep Hannibal. Mathilde organiseerde weer een wandelweek langs het Poolse Jacobspad. En Peter Sjamaan organiseerde voor het eerst een Vision Quest in de bossen van Nemoland. Samen met de Hannibalgroep werd de Hollandse Dag georganiseerd; een dorpsfeest voor vrienden en dorpsbewoners met verschillende optredens en een djembe-workshop. In het najaar organiseerde Nemo een serie optredens van een West Friese volksdansgroep. In Kromnów liep dat uit tot een gezamenlijk optreden met een Pools vrouwenkoor (zie foto rechtsonder).

De moestuin is eenvoudig van opzet, omdat de bodem en het klimaat niet zo geschikt zijn. Vooral meerjarige kruiden (bieslook, munt, tijm, peterselie, lavendel, citroenmelisse e.d.) en snelgroeïende groentes (sla, radijs, mosterd, rucola) en verder topinamboer en knoflook en nog wat nuttige groentes.

In mei heeft de boomgaard zijn eerste grote snoeibeurt gehad. Pé de pomoloog met hulp van Feiko, Janny en Mathilde hebben een week lang gesnoeid en takken gesleept met als resultaat in augustus een fantastische appeloogst. Daarvan is veel lekkere frisse appelmoes gemaakt en verkocht. Ook was er een prachtige pruimenooft voor zeker 100 potten houdbare jam door Mathilde, die bijna allemaal verkocht zijn. De frambozenooft was niet groot, omdat de reeën de bloesem hadden opgegeten. Daarom is er nu een hek geplaatst rondom de frambozentuin. In de winter zijn reeën leuk in de tuin, maar in het voorjaar liever niet! Verder zijn er veel bessenstruiken met verschillende soorten bessen: rode, blauwe, zwarte, bos, japanse, en kruisbessen.





### **Wandelweekend Winterswijk 24 en 25 juni.**

Een jaarlijks wandelweekend met Mathilde, en toch elk weekend andere wandelingen. Dit keer door de bossen van het Woold met vele zandpaden, langs slingerende beekjes, en natuurgebied de Borkense Baan. En door de Bekendelle met de slingerende Slingebeek. 2 wandeldagen elke dag ca 10 km, rustig tempo.

Reissom: 89 euro, incl.overnachting in hotel (2 pp kamer) met ontbijt, begeleiding en routekaartje.

### **WANDELEN AAN DE VOET VAN HET POOLSE ISER- EN REUZENBERGTE**



**verzorgde wandelreis met begeleiding 2-9 juli 2017**  
middeleeuws cultuurlandschap - natuurparken - kastelen - oude steden

Het onbekende grensgebied van Polen, Duitsland en Tsjechië is een ideaal wandelgebied; tussen bergen en heuvels, met eeuwenoude wandelroutes en een onaangetast cultuurlandschap met veel wilde natuur. Daar ligt het Iser- en Reuzengebergte met een authentiek dorpenlandschap, en dat maar 925 km. van Amsterdam en goed te bereiken met openbaar vervoer.

Elke dag een begeleide wandeling van ca 15 km met afsteekmogelijkheid of alternatief programma (stadsbezoek, bergwandeling of meehelpen in de tuin). Verblijf en startpunt van de wandelingen is Nemoland Polen, natuurcentrum van de vereniging Nemo. Verblijf naar keuze in kamers, caravans of tenten. Verzorgde Poolse maaltijden in Nemoland en bij boeren in het dorp.

Een bijzondere wandelreis voor fijnproevers; de wandelingen worden begeleid door Vincent Rottier. Nemoland is in één dagreis te bereiken met bus, trein of vliegtuig. Nemo kan de heen/terugreis regelen.

Prijs € 345,- p.p. Inbegrepen: wandel- en excursiebegeleiding, overnachtingen, alle maaltijden in het Nemo-huis en bij boeren in de omgeving. Exclusief heen/terugreis, lokaal openbaar vervoer, entrees, consumpties, reisverzekering en lidmaatschap Nemo. Wijzigingen voorbehouden.

Informatie en aanmelden: Nemoland Amsterdam, Vincent Rottier, 020-6817013 [info@nemoland.org](mailto:info@nemoland.org), [www.nemoland.org](http://www.nemoland.org) facebook: [nemolandpolen](https://www.facebook.com/nemolandpolen)

### **Vision Quest in Nemoland Polen**

De vision quest is een Natuur-retraite om dichter bij je kracht en inspiratie te komen, georganiseerd door Peter Sjamaan ([www.sjamaan.nl](http://www.sjamaan.nl)). Na een introductie verblijf je 4 dagen en nachten alleen in de natuur met de elementen, vogels, bomen en kruiden als bondgenoten. Sjamaan begeleidt je.

1e bijeenkomst voor de vision quest is een voorlichting bijeenkomst. april 2017 voorlichting bijeenkomst.

2e bijeenkomst is een natuurdag, het begin van je reis die eindigt in een vierdaagse quest.

3e en laatste bijeenkomst bespreken we de laatste details voor onze reis en verblijf op de vision quest locatie 2017 in Nemoland Polen.

We hebben de beschikking een groot stuk wilde natuur en hoeven het alleen met de dieren, de planten, bomen en de spirits te delen. Je bent vanaf 27 augustus zeker bij ons om je quest locatie te vinden. Maandag 28 augustus ga je 's morgens vroeg op pad naar de plek waar je 4 dagen en nachten zult verblijven. Vrijdag morgen vroeg halen we je weer op. Na 4 dagen en 4 nachten alleen op jou plek in de natuur met alleen water om te drinken, zien we je weer terug in de zweethut met jou verhaal.

Mee doen en/of meer weten? mail naar [info@sjamaan.nl](mailto:info@sjamaan.nl) foto VisionQuest Nemoland Polen 2016



### **Historische weverwandeling**

Het eerste teken van een proletarisch klassebewustzijn is, volgens Karl Marx, een tocht geweest die uitgehongerde Silesische wevers ondernamen tussen twee dorpen in het nu Poolse Uilengebergte op 4 juni 1844. Als je nieuwsgierig bent naar dit stukje wandelgeschiedenis, kun je met Anneke Hesp meelopen op 4 juni van dit jaar. Vanuit Nemoland in Polen verzorgt zij een dag in het spoor van deze wevers die aan het begin stonden van de socialistische beweging in Europa.

Wil je die rond die tijd mee op andere dagwandelingen rond Nemoland die schrijvers en schilders als Caspar David Friedrich en Nobelprijswinnaar Gerhart Hauptmann inspireerden, dan kan dat in overleg.

Meer informatie [annekehesp@gmail.com](mailto:annekehesp@gmail.com) of 020-6277998/06-16152153. Voor wie op een andere tijd wil wandelen, is de kleine wandelgids Wandelen met Gerhart Hauptmann nog te verkrijgen in Engels, Duits of Pools bij Nemo en kost 5 euro. De wandelgids Wandelen met Caspar David Friedrich is in voorbereiding.

Meer informatie [www.walkingwithhesp.wordpress.com](http://www.walkingwithhesp.wordpress.com).



# NEMOLAND POLEN

Miedzylesie 5 - 58-512 Stara Kamienica, [info@nemoland.org](mailto:info@nemoland.org) facebook [nemolandpolen](#), [www.nemoland.org](http://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 centraal kunstwerk 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 2017

Nemoland is 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.



## Vrijwilligers en actieve gasten gezocht voor:

- o begeleiden van groepen
- o hout hakken, kloven en stapelen
- o voetpaden en verruigde weilanden maaien en snoeien
- o perma voedseltuinen opzetten
- o wol verwerken: spinnen, viltten en weven
- o ambachtelijke natuurproducten maken (met fruit, kruiden, bloemen)
- o hutten en bruggen bouwen
- o leren overleven in de natuur (bushcraft)
- o film/theaterproductie maken over lokale legenden
- o verder bouwen aan het kunstwerk
- o wandelroutes maken/lopen voor de gemeente Stara Kamienica
- o organiseren van een dorpsfeest

## Nemoland op de Ramberg

Afgelegen natuurgebied van 34 ha met weilanden, beken, heuvels/bos en overal voetpaden; kleine boerderij met moestuinen, boomgaard en dieren (schapen konijnen). In de Poolse gemeente Stara Kamienica in het Reuzen/Isergebergte, op de grens van Polen, Duitsland en Tsjechië, 925 km van Amsterdam, in het hartje van Europa, niet ver van Dresden, Wroclaw en Praag.

## Verblijf

Het witte huis (woonhuis), natuurcamping met sanitair, warme douches en wifi, gastenkamers, stacaravans, blokhut en groepsaccommodatie, 3 compleet ingerichte keukens, warme douches, beekweide voor grote tenten, café joppe met grote studio/meditatie-ruimte, bibliotheek, weef/vilt-atelier, verhalencentrum, theater, vuurplaatsen, leemoven, kunstwerk.

## 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

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



# PROGRAMMA ZOMER 2017

## 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 biologische Soelentuin van Nemo.

### **Groentekraam Westerpark**

Biologische en ambachtelijke streekproducten uit de Nemo-buurtmoestuin en Nemoland Polen. Afhalen bij de kraam op donderdag van 12-16 uur en op afspraak.

### **Nemoland Westerpark**

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

### **Babcia buurtmaaltijd**

Traditionele Poolse, Oekraïense en Russische maaltijd met een thema op vrijdagavond 18 uur. 21 april, 19 mei. 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 (15 km) op zondag om de week.

## NEMOLAND POLEN

Natuur&wandelcentrum 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, blokhuut, groepsruimte. Vrijwilligers/stagiaires welkom. Info: [www.nemoland.org](http://www.nemoland.org)



**Overbrakerpad 2  
1014 AZ Amsterdam  
[WWW.NEMOLAND.NL](http://WWW.NEMOLAND.NL)**

### **Facebook:**

- [nemo.wandelaars](http://nemo.wandelaars)
- [nemolandwesterpark](http://nemolandwesterpark)
- [nemolandpolen](http://nemolandpolen)

### **Wandelblog:**

- [voetpaden.blogspot.nl](http://voetpaden.blogspot.nl)

**[voetpaden@gmail.com](mailto: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

- Zondagwandeling met auto ledenprijs € 15 incl. vervoer/ koffie/route  
Met eigen vervoer € 5  
*Zondagwandelingen opgeven vóór vrijdag 12 uur.*

- Openbaar Vervoerwandelingen vrijdag/zaterdag € 3,50

*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 2017.*













# NEMO WANDELAGENDA ZOMER 2017




**M** ov-wandeling met Margreet op vrijdag 10 km  
**Math** ov-wandeling met Mathilde op zaterdag ca 10 km, rustig tempo  
**V** wandeling met Vincent op zondag 15 km (keuze uit:  (auto) of ov-wandeling)

- |            |  |            |   |
|------------|--|------------|---|
| zo 26 mrt  | <b>V</b> <i>Zomertijd</i> Woerden, Kockengen, Breukelen  | zo 30 juli | <b>V</b>  Wageningen, Renkum, Renkumse Beek  |
| vr 31 mrt  | <b>M</b> Vreeland, Overmeer, De Horn (Fort Uitermeer)  | vr 4 aug   | <b>M</b> Amsterdam-Noord, Broek in Waterland, Holysloot (pontjesroute)  |
| zo 9 apr   | <b>V</b>  Onderdijk, Wervershoof.                 | zo 13 aug  | <b>V</b> Aalsmeer, Geniedijk, Hoofddorp   |
| vr 14 apr  | <b>M</b> Halfweg, Spaarnwoude, Santpoort Noord   | vr 18 aug  | <b>M</b> Vreeland, Nigtevecht   |
| vr 14 apr  | <i>Algemene Ledenvergadering Nemo</i>  | vr 1 sep   | <b>M</b> Parkenwandeling: Halfweg-Tuinen van West-Sloterplas  |
| za 15 apr  | <b>Math</b> Nederhorst den Berg, Spiegelplas, Kromme Googh   | zo 3 sep   | <b>V</b>  De Rijk, Grootschermer, Driehuizen |
| ma 17 apr  | <b>V</b>  Tweede Paasdag. Leersum, Doorn.         | za 9 sep   | <b>Math</b> Struinen door de Bretten tussen de runderen. Van Halfweg naar Sloterdijk  |
| vr 28 apr  | <b>M</b> Weesp, Keverdijkse Polder, Naardermeer, Naarden   | vr 15 sep  | <b>M</b> Broek in waterland-Zuiderwoude--Monnickendam   |
| zo 30 apr  | <b>V</b> Vorstelijk Baarn, Groeneveld, Vuursche  | zo 17 sep  | <b>V</b> Overveen, Bloemendaal aan Zee, Zandvoort   |
| vr 12 mei  | <b>M</b> Bloemendaal aan Zee, duinen Kraansvlak, Zandvoort   | vr 29 sep  | <b>M</b> Velsen-Zuid – Santpoort-Zuid, door de duinen   |
| za 13 mei  | <b>Math</b> Veerpolder, Lievelden, Spaarndam   | zo 1 okt   | <b>V</b>  Haastrecht, Hekendorp, IJssel    |
| zo 14 mei  | <b>V</b>  Harderbos, Veluwemeer, Hardersluis    | vr 13 okt  | <b>M</b> Rondje veer Buitenhuizen, via Zuiderpolder   |
| vr 26 mei  | <b>M</b> Amstelveen, De Poel, Amsterdamse Bos, Bosbaan   | zo 15 okt  | <b>V</b> Broek in Waterland, Holysloot, Uitdam, Zuiderwoude   |
| zo 28 mei  | <b>V</b> Haarlem, Geniedijk, Hoofddorp   |            |   |
| ma 5 juni  | <b>V</b>  Tweede Pinksterdag. Petten, Korfwater |            |   |
| vr 9 juni  | <b>M</b> IJdijkenroute: van IJburg naar pont Java-eiland   |            |   |
| zo 18 juni | <b>V</b> Heiloo, Nijenhuis, Heilooër Bos   |            |   |
| vr 23 juni | <b>M</b> Edam-Purmerringvaart-IJpendam   |            |   |
| za 24      | t/m zo 25 juni <i>Wandelweekend Winterswijk</i> . Woold, Kotten, zandpaden. Vraag info.  |            |   |
| zo 25 juni | <b>V</b>  Stoutenburg, Achterveld, Leusden      |            |   |
| zo 2 juli  | t/m zo 9 juli <i>Wandelweek Polen</i>  |            |   |
| za 8 juli  | <b>Math</b> Abcoude, Oude Waver, natuurreservaat Botshol   |            |   |
| zo 16 juli | <b>V</b> Oosthuizen, Beets, Schardam, Etersheim  |            |   |
| vr 21 juli | <b>M</b> Duinwandeling Castricum. Thee bij Marja   |            |   |

## Betalen

**IBAN NL59INGB0000527317 tnv Nemo**

## Toelichting

Alleen 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 12 uur

## Ophaalroute:

Haarlemmerpoort, Centraal Station (Nicolaaskerk), Amstelstation

## Meer info:

www.struinen.nl  
 Route en info over de wandeling:  
<http://voetpaden.blogspot.nl/>  
 Facebook: nemo.wandelaars

*Volgend programma verschijnt in september 2017*

