



VRIJE WANDELAAR NIEUWSBRIEF
oktober 2024 - 32e jaargang nr 84
vereniging nemo - overbrakerpad 2 - 1014 az amsterdam
met wandelagenda najaar 2024/winter 2025 - zie laatste blz.



Nemo kiest voor ongebaande paden, neemt hekken voor lief en bouwt met Belgische scouts bruggen in Nemoland Polen.



HET GEHEIM VAN NEMO IN HET WESTERPARK

Kom naar de Groene Hemel!

WELKOM!

Proef en ontdek de groene hemel op aarde!

- de bostuin met de verhalenpoel
 - de kruidentuin
 - het buurttuin huis voor ontmoeting, meditatie en workshops
 - het verhaal en film over het 18^e eeuwse lusthof Soelen
 - film De Groene Hemel over oertuinman Bert Ydema die hier 40 jaar woonde/werkte
- Geopend maandag en vrijdag overdag, en op afspraak



BUURTTUINHUIS VOOR NATUURINSPIRATIE

Het Buurttuin huis is een buurtcoöperatie voor natuurinspiratie met presentaties en workshops gericht op verhalen, de eeuwenoude geschiedenis van het park tuinieren, gezond eten, meditatie, mindfulness, yoga, klankschaalconcerten, drumcirkels en sjamanisme

Soelen Theetuin startpunt van wandelingen

In de theetuin (geen horeca, alles is gratis) starten wandelingen door de bostuin en het natuurpad en elk weekend begeleide wandelingen in de wijde omgeving

Zelfbeheer voor de Groene Hemel

De Groene Hemel heeft een groeiende groep van medegebruikers die samen een coöperatie vormen en de voorzieningen beheren op basis van zelfbeheer. Het zijn uiteenlopende groepen, maar allemaal gericht op meditatie, ecologie en bezinning. De groepen bieden een aanvulling op het aanbod van het Westerpark voor de omringende buurten.

Tuinen

De tuin van de Groene Hemel was de hele zomer een paradijsje. Geurende kruiden, de bostuin met de poel en overal verstopte bankjes om ervan te genieten. Medegebruikers, vrijwilligers en buurtbewoners weten de tuin wel te vinden, maar de Nemoleden.....? Kom gerust eens kijken en misschien vind je het leuk om eens een handje te helpen?

Cliffordgroep

Elke dinsdag is het een zoete inval in de Groene Hemel! Een kerngroepje van wandelaars van de stichting Mantelzorg en Dementie uit de Staatsliedenbuurt wandelt eerst door het Westerpark en eindigt voor een lunch in de Groene Hemel. En iedereen die onderweg aanhaakt of toevallig binnenrolt mag mee eten met de soep en de broodjes humus. Meestal met Jenny aan de piano en afwisselend wordt er ook nog gezongen of stoelyoga gedaan. Margreet Mathilde en Siu van Nemo zorgen ervoor dat alles reilt en zeilt. Kom gerust eens langs!



De Groene Hemel op aarde

Waarom is het zo de moeite waard dat op de meest afgelegen plek van het Westerpark tussen de schooltuinen en volkstuinten, een verwaarloosde bostuin en een afgedankte dienstwoning behouden blijven? Nemo doopte deze plek tot 'de Groene Hemel' en een buurtcoöperatie voor natuurinspiratie.

In het park waar elke vierkante meter een functie heeft, is De Groene Hemel een stukje niemandsland, rond de poel de Braeck. De poel is oorspronkelijk een oeroude veenpoel, een modderpoel waar luthofeigenaar Beudeker van Soelen in de 18e eeuw zich over beklagde en vergeefs probeerde te dempen. Oertuinman Bert Ydema groef de veenpoel uit en vertelde de schooltuin-kinderen hier verhalen over bosgeesten en zijn dieren die toen nog op de schooltuinen gehouden werden. In de geest van Bert (dankzij de film De Groene Hemel) nam Nemo de zorg voor de dieren over, bouwde er ijsvogelnesten en liet de waterfee Swawa verschijnen voor peuters tijdens droomwandelingen over het bamboepad naar de poel. De verlaten poel werd een bron waaruit verhalen en dromen omhoog borrelen. Volgens de boeddhisten en sjamanen die in het gebouw elke week mediteren, drummen en zingen, is de lege plek de essentie van het leven.

Niet de dingen waar we ons druk over maken, maar de ruimte daartussen geeft zin aan het bestaan. Misschien wel de enige plek in het park waar het echt leeg, stil en duister is. Het drukke Westerpark met steeds weer nieuwe pretnatuur, evenementen en horeca heeft een lege plek, een goed bewaard geheim, hard nodig. Voor de kinderen woont hier nog een waterfee die net als op de Loreley, in de poel de laatste plek vond waar ze kon blijven zingen. De geheimzinnige bostuin met de (tover)kruidentuin is de Torteltuin van Pluk van de Petteflet, maar ook de zone van Stalker, Walden van Thoreau en Frederik van Eeden; het wonderland van Alice.

Natuurlijk moet Nemo haar bestaan in deze tijd legitimeren met een kostendekkende exploitatie en projectplannen, maar in wezen gaat het Nemo om het geheim van het Westerpark in en rond de poel; voor alle kinderen en grote mensen een lege stille tussenruimte, een groene hemel vol verhalen met een kruidentuin, een bostuin en een buurttuinhuis voor mediatie en verhalen, midden in een hectische wereld, een overbevolkte buurt en een luidruchtig evenementen-park. Daarom bestaat de Groene Hemel!

WANDELEN

Uit het Parool 23 september 2024

Buiten de gebaande paden: de leukste wandelclubs van Amsterdam`.

Zitten is het nieuwe roken, dus iedereen kan zo nu en dan wel een goede wandeling gebruiken. In Amsterdam zijn veel wandelclubs die mooie tochten organiseren. Een er van is Nemo.

Onverharde tocht

De vrije wandelaars van Nemo houden niet van asfalt en lopen liever niet op verharde wegen. De club, die al sinds 1988 bestaat, voerde oorspronkelijk dan ook actie voor het behoud van onverharde wandelpaden. In het Westerpark legde Nemo een 'Groene Hemel' aan: een kleine oase met een proeftuin, een buurttuinhuis en een wilde bostuin. Vrijwel wekelijks gaan de wandelaars van Nemo eropuit. In de weekenden kun je op pad in en rondom Amsterdam (denk aan een rondje Ringvaart). Er wordt ook langer gewandeld, door het Noord-Hollandse landschap, dwars door de Kennemerduinen of het Goois Natuurreservaat.

Zaterdagwandelingen

De zaterdagwandelingen lopen goed, er is een vaste kern van wandelaars die elke zaterdag meelopen, anderen lopen af en toe eens mee. De afstand is gemiddeld 10 km, in een rustig tempo. Er wordt rekening gehouden met iedereen, zo nodig pakken we een paar bankjes of boomstammen extra. En prachtige wandelingen, in de winter meer in de omgeving van Amsterdam, de rest van het jaar ook verder weg zoals in het Gooi en de bossen rond Baarn. En zeker 1 of 2 x per jaar door de duinen naar de zee! Mathilde is de begeleider op de zaterdag maar is ook regelmatig in Polen. Dan neemt Rita de begeleiding over zodat het toch 1 x per maand door kan gaan.

Vrijdagwandelingen

Ook de vrijdagwandelingen met Margreet lopen goed, ook 1 x per maand, met ook een eigen kerngroep die vaak meewandelt. En ook ca 10 km, meestal in Noord Holland. Het tempo kan wat hoger liggen dan op de zaterdag, er zijn altijd deelnemers die zowel op de vrijdag als op zaterdag meewandelen. De data worden daarom op elkaar afgestemd, dat is tot nu toe altijd nog gelukt! Ook in het nieuwe programma weer veel afwisseling, langs de Zaan, door polders en duinen.

Mathilde



Het wandelklimaat van Nemo

Ja, laten we het eens over klimaatverandering hebben; het wandelklimaat voor Nemo, welteverstaan.

Er is bij mijn weten nog nooit een Nemo-wandelaar teloor gegaan door bosbranden, overstromingen of aardverschuivingen. Maar op een iets ander niveau kunnen we het ook bekijken, bv hoe het staat met het afgelasten van wandelingen vanwege het klimaat of meer in het bijzonder het weer op een geplande wandeldag. Dat is moeilijk te zeggen. We weten uiteraard niet hoeveel mensen zich niet opgeven voor een wandeling. Dan maar kijken naar afgelaste dagen. En dat blijkt enorm mee te vallen. Hooguit eenmaal per wandelagenda (= halfjaar) zie ik een dikke streep door een geplande route. We passen ons meestal wel aan de hitte en kou aan. En dat nog afgezien van het in noodgevallen uitwijken naar meer schaduwrijke routes, dus meer bos en minder polder, uiterwaard en strand. Dus bijna altijd kunnen we op pad. Misschien wordt het nog warmer in de komende jaren, maar tot op heden hebben we er goed doorheen gewandeld.

En dan nu weer de kille cijfers. Nu driekwart van het jaar achter ons ligt, kunnen we min of meer vergelijkingen trekken met voorgaande jaren. En dan blijkt dat de coronadip toch wel erg ver achter ons ligt. Zelfs de al van een flink herstel getuigende cijfers van voorgaande jaren worden dit jaar overtroffen. De vrijdag, zaterdag en zondag komen qua gemiddeld aantal deelnemers allemaal hoger uit dan vorig jaar. Dat past wel bij het beeld dat er steeds nieuwe aanwas blijft, al zijn het geen tieners. In de vergrijzing zit heel wat potentieel, dus ook dat zien we voor de komende jaren met vertrouwen tegemoet.

Vincent



Nemoland Polen

Activiteiten

Het seizoen begon dit jaar met een paradox: een late vorstperiode waardoor alle bloesem van de fruitbomen bevroor (dus geen fruit dit jaar) en de geboorte van 5 geitenlammetjes. We hebben nu 11 geiten, 2 schapen, 3 konijnen, 8 kippen+haan, 3 katten en hond Rex. In de zomer was het in Nemoland een drukte van belang. Eerst een werkweek van de Vrije School uit Culemborg. Daarna de hele maand juli 8 groepen Belgische en Franse scouts die hard gewerkt hebben. Ze bouwden nieuwe geitenverblijven, kaptten veel brandhout en bouwden een nieuwe brug. Met Machiel als filmer en regisseur maakten ze een film over de legende van onze berg, de Ramberg. De film werd in het theater voor de dorpsbewoners gepresenteerd. Verder was er een week voor de Poolse Pastafari en een aantal Nederlandse gezinnen. Een Amsterdamse kunstenaar is wekenlang geweest en heeft Nemoland versierd met haar kunst. Als projecten werden het theater en de Afrikaanse orakelkamer uitgebreid en ook veel meer in gebruik genomen. De hele zomer en herfst werden de geiten gemolken en van de melk werd kaas en yoghurt gemaakt. Er is nu een uitgebreide klantenkring voor de eieren en geitenkaas. In september werd ook Nemoland getroffen door extreme regenval waardoor één van de twee bruggen van Nemo werd weggespoeld. Verder viel de schade mee.

Peter

De tuinen

in Polen stonden de fruitbomen in bloei tijdens de eerste vorstperiode, rampzalig. Dit jaar dus geen kersen, appels, peren of pruimen..... Ook voor de bessenstruiken was het fataal, alleen de herfstframbozen, die later in bloei staan, hebben wel een redelijke oogst gehad. Daarom gaan we nog meer inzetten op de herfstframbozen, de scouts hebben al een perceel in de aangrenzende bessentuin bewerkt om daar ook herfstframbozen te planten. De kruidentuinen hebben wel veel kruiden geleverd voor de thee. Vanwege de arme grond groeit er een beperkt aantal kruiden zoals Munt, Citroenmelisse en Salie en die doen het dan ook erg goed. Voor de groepsaccommodatie is een kruidenspiraal waar alle gasten kunnen plukken, voor de thee of voor de vaas.

Mathilde

Nemoland Polen

natuurcoöperatie

Nemoland op de Ramberg is een vrijstaat in het Poolse Reuzengebergte; in dit wonderlijke niemandsland heeft de natuur de regie overgenomen. Nemoland bestaat uit 34ha natuurgebied tussen 3 beken, met moestuinen en boomgaard, dieren, gastenverblijven, theater, bibliotheek, atelier, klimrots, verhalenpaviljoen, vuurplaatsen, luchtkasteel en een welput met thermaal water bij de oeroude lindeboom met wilde bijen; de levensboom van Nemoland.



Nemoland/Wonderland

In het Poolse Reuzengebergte ligt Nemoland, het groene geheim van Nemo. Juist in Polen, omdat dit eeuwenlang het "verloren land" van Europa was en het landschap zich laat lezen als een verhaal, zijn gasten welkom om dit wonderlijke Niemandsland te ontdekken.

Terug naar de aarde

Nemoland Polen en Nemoland Westerpark in Amsterdam vormen samen een natuurcoöperatie om mensen te verbinden met de aarde en te leven met wat de natuur biedt. In Polen is Nemoland bedoeld als alternatief voor mijnbouwplannen en andere ontwikkelingen die natuur, landschap en de lokale gemeenschap 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 symbiose met de natuur.

Aanbod:

Struinen: Overal kun je wandelen als een echte ontdekkingsreiziger.

Moestuin en boomgaard: Met je handen in de aarde en daarna het oogsten en het verwerken tot natuurproducten.

Boerderij: Dieren verzorgen, klussen en eten wat de natuur biedt.

Ambachten: In het atelier spinnen/weven/viltten met wol van eigen schapen, jam maken, brood bakken in de leemoven, kruiden drogen enz.

Bushcraft: Overleven in de natuur. Leer op oeroude manieren vuur maken en eten uit de natuur.

Hutten bouwen: bouw je eigen hut om daar zelf te overnachten.

Landschapsonderhoud: Zeisen, snoeien en voetpaden vrijmaken om het historische landschap te behouden.

Verhalen vertellen: Elke avond verhalen vertellen aan elkaar in het verhalenpaviljoen.



Verhalen uitbeelden: Film en theaterproducties van lokale mythen en legenden.

Bouwen aan het luchtkasteel: Laat een eigen kunstwerk achter!



Nemoland Polen

Kolonia Ramberg
Miedzylesie 5 - 58-512 Stara Kamienica
0031 6 53604513 - 0048 75-7893605
www.nemoland.org - info@nemoland.org
www.facebook.com/nemolandspolen



Zelfde plek, onze beek normaal en na de regenval in september



Boven: theater bij de première van de film
Links: Mathilde met het boerderij-aanbod: wol, kaas wei,kruiden(thee)
Onder: Peter met 2 melkgeiten





Nemoland

Shelter for lost and forgotten stories

Nemoland in the Izery mountains of south-west Poland is a free zone to (re)connect people with earth by creating an earthship and telling/acting out stories, myth and legends from local sources, ancient traditions and new stories of locals and international visitors.

Earth losing stories is like a body losing sense(s). To support earth and to become indigenous, Nemo invites you to explore the source of myth and legends in earthship Nemoland; a no man's land near the border of Poland, Germany and Chechia.



Activities

1. creating stories

- Story telling using art, music, poetry, making collages, felting, weaving
- Performing stories by theatre, film and events

2. exploring old myth and legends

- Walkabout to local mythical rocks, pagan sources, rivers and cult places/huts
- Apply/experience African myth and traditions
- Organizing exhibitions and performances

3. building an earthship

- Homesteading: farming, gardening, keeping animals and creating natural products
- Recovery of historical landscape, restoration of footpaths, walls, old meadows and bridges
- Developing renewable energy, recycling waste, organic farming, living self-sufficient
- Creating a community by building facilities for groups, volunteers, participants and partners

WELCOME!

Nemoland is looking for co-creators: volunteers, pioneers, partners and participants

Facilities

- 36 ha remote nature reserve around the Ramberg and the Kamienica river, with absolute silence and darkness
- walking and hiking routes all over the region
- small eco-farm with vegetable gardens, orchard, meadows, animals
- place to stay, work and live in a natural environment with modest and ecological facilities (natural camping places, dormitories, rooms, huts, small caravans, kitchens) for groups (max. 20 people) and individuals
- theatre, fireplaces, atelier for felting/ weaving, storytelling hut, meeting place/teras, library, studio for yoga and meditation, African oracle room
- workshop place for eco-products

Who is it for?

- anybody who is looking for stories, myth and legends and likes to live back to earth with basic conditions
- internships and volunteer (youth) camps
- programs for scouts, NGO's, creative groups, schools, afflicted people
- workshops for children



NEMO WANDELPROGRAMMA NAJAAR 2024/WINTER 2025

DE GROENE HEMEL WESTERPARK

Groene oase in het Westerpark bij de poel de Braeck. In dit wonderlijke niemandsland heeft de natuur de regie overgenomen. De Groene Hemel ligt tussen schooltuinen en tuinparken, naast de Kinderboerderij. OV bus 21, tram lijn 3



Kruidentuin

Tuinieren en proeven

Buurttuinhuis

o.a. Boeddhistische meditatie, Sjamanistische training, Drum bouwen en Drumcirkel, Quigong, Mindfulness, Klankconcert Soundhealing

Verhalenpoel de Braeck

Beleef de geschiedenis van het Westerpark-landschap

DAGWANDELINGEN

Wandelen in het weekend met begeleiding ca 10/15 km, op zoek naar onbekende paden en routes. Met openbaar vervoer



- met Margreet: wandeling (ca 10 km) op vrijdag eenmaal per maand in de omgeving van Amsterdam.
- met Mathilde: rustige wandeling (ca 8/10 km) op zaterdag eenmaal per maand in de omgeving van Amsterdam
- met Vincent stevige wandeling (15 km) op zondag om de week, iets verder weg

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, blokhut, groepsruimte. Gasten, vrijwilligers/stagiaires welkom Info: www.nemoland.org



**Overbrakerpad 2
1014 AZ Amsterdam
WWW.STRUINEN.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

Youtube afspeellijst

- [Nemoland Amsterdam](https://www.youtube.com/playlist?list=PL1234567890)
- [Nemoland Poland](https://www.youtube.com/playlist?list=PL1234567890)

voetpaden@gmail.com

Bank NL59INGB0000527317

telefoon: 020-6817013

Mobiel tijdens zondagwandeling:
06-21624367.

Buiten kantoor tijd in dringende gevallen
06-14283249 of 020-6844331

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

PRIJZEN

Lidmaatschap € 15 per jaar

Wandeling € 5

Volgende programma verschijnt in maart 2025



NEMO WANDELAGENDA najaar 2024/winter 2025

- M** wandeling met Margreet op vrijdag, 10 km
Math wandeling met Mathilde op zaterdag ca 8-10 km
V wandeling met Vincent op zondag, 15 km



- | | | | |
|-----------|--|-----------|--|
| vr 4 okt | M Rondje Ringvaart, langs Meerwijkplas en Molenplas | zo 26 jan | V Overveen, Kennemerduinen, Zandvoort |
| zo 6 okt | V Klompenpad Kruishaarderpad; Nijkerk | zo 9 feb | V Klompenpad Griff en Graftenpad; Rhenen, Achterberg |
| za 12 okt | Rita Kennemerduinen, van Overveen naar Bloemendaal aan Zee | za 15 feb | Math Twiske, Den IJp |
| zo 20 okt | V Zaanse Schansroute; Wormer(veer), Zaan(dijk) | vr 21 feb | M Station Naarden-Bussum; via Naardermeer en Muiderberg naar bus bij Hakkelaarsbrug |
| vr 1 nov | M Koog aan de Zaan via Westerwindpad; langs de Zaan terug naar Koog aan de Zaan | zo 23 feb | V Amstel(veen), Middelpolder |
| zo 3 nov | V Rhenen, Lek, Blauwe Kamer | zo 9 mrt | V Weesp – Naardermeer - Bussum |
| za 9 nov | Math Baarn, Hooge Vuursche, Kasteel Groeneveld | za 15 mrt | Math Haarlemmerliede, Spaarndam, Mooie Nel |
| zo 17 nov | V Culemborg, Linge, Beesd | zo 23 mrt | V Almere, Beginbos, Weerwater |
| vr 29 nov | M Station Overveen; via Elswout en Koningshof terug naar station Overveen. | vr 28 mrt | M Broek in Waterland; via Purmerdijk naar Katwoude |
| zo 1 dec | V Driebergen, Austerlitz | zo 6 apr | V Veenendaal, Elst, Heuvelrug |
| zo 8 dec | Huis de Pinto 15u Machiel over Mongolië en premiere van zijn film. | za 12 apr | Math Kennemerduinen, van Santpoort Noord naar Bloemendaal aan Zee |
| za 14 dec | Math Amsterdamse Bos, Oeverlanden, Meerzicht | ma 21 apr | V Paaswandeling Heilige plaatsen rond Heiloo en Egmond |
| zo 22 dec | V Kerstwandeling | | |
| zo 12 jan | V Baarn, Vuursche, Groeneveld | | |
| za 18 jan | Math Uithoorn, fortenroute; De Kwakel, Drecht, Zijdelmeer | | |
| vr 24 jan | M Polderen rond Spaarndam | | |

Opgeven:
voetpaden@gmail.com; 020-6817013

Meer info: www.struinen.nl
 Route en info over de zondagwandeling:
<http://voetpaden.blogspot.nl/>
 Facebook: nemo.wandelaars
 Volgende programma verschijnt maart 2025