

# GOODPLANET challenges

## BUITENLES DAG

30 april 2020





## 1. INLEIDING :

Diep vanbinnen voelen we allemaal intuïtief de nood om in contact te zijn met de natuur. Meer en meer studies bewijzen het positief effect van groene ruimte op de gezondheid. Men spreekt zelfs van een « syndroom van natuurtekort » (Nature-Deficit Disorder)<sup>1</sup> om een hele resem fysieke en mentale symptomen aan te duiden die verband houden met onze verwijdering van de natuur. En het is duidelijk dat onze huidige levensstijl ons niet echt dichterbij een oplossing brengt... We spenderen bijna 80% van onze tijd in gebouwen of in een voertuig<sup>2</sup>. Televisieschermen, computers, smartphones... We zijn doorlopend hyper-verbonden, en eigenlijk tegelijkertijd, afgekoppeld van wat essentieel is.

Bovendien is de basisreden waarom mensen een milieu-engagement nemen nu net vaak ... contact met de natuur. Studies met milieubewuste volwassenen<sup>3</sup> zouden aantonen dat een regelmatig contact met de natuur tijdens de jeugd één van de factoren is die het toekomstige ecologische gedrag beïnvloeden. Maar om gedreven te zijn om de natuur te behouden, moet men ze kennen. En we kunnen ze maar kennen door er tijd door te brengen.

We weten hoe belangrijk het is om de natuur te beschermen. Wetenschappers waarschuwen er regelmatig voor<sup>4</sup>: in België of aan de andere kant van de wereld heeft onze manier van leven een blijvende, brutale, impact op de ecosystemen. Onze voetafdruk is overal ter wereld zodanig sterk aanwezig dat het moeilijk wordt om puur "natuurlijke" plekken te vinden. Plastic afval is aanwezig vanop de top van de Everest tot de kust van Antarctica. En we vinden verontreinigende stoffen in de diepste trog van de oceaan<sup>5</sup>.

De « Buitenlesdag » mikt op twee kwesties tegelijk : **verbinding maken met de natuur** en de **biodiversiteit beschermen**. Dit thematisch dossier bespreekt daarom eerst het belang van contact maken met de natuur, daarnaast ook wat de bedreigingen zijn van de biodiversiteit en reikt tenslotte tips aan om ruimte te maken voor de natuur in ons dagelijks leven.

---

<sup>1</sup> Vakblad Natuur Bos Landschap "Het laatste kind in het bos", 2013 [« Nature-Deficit-Disorder»](#)

<sup>2</sup> IREPS Rhône-Alpes, Promotion de la santé environnementale, 2011, p.10 in [« Le syndrome de manque de nature »](#)

<sup>3</sup> Rickinson M, 2001, Learners and learning in environmental education : A critical review of the evidence – Environmental Education Research 7 (3), 207-320.

<sup>4</sup> [270 wetenschappers roepen onze regering op](#) de biodiversiteit te beschermen (vrt-nieuws, 26/03/2018)

<sup>5</sup> Op de Marianentrog, op 11.000 m diepte in de oceaan, is zeewater en zeeleven zwaar vervuild : [vervuiling van mens dringt door tot diepste oceaankloven](#) (De Morgen, 16:02/2017)

## 2. DE TWEE KWESTIES

“Buitenlesdag” mikt op twee kwesties: we zijn losgekoppeld van de natuur en de biodiversiteit daalt. En deze twee feiten zijn verbonden. De menselijke soort heeft een immense impact op alle andere soorten. Omdat hij voortdurend zijn omgeving wil modelleren, omdat hij probeert zichzelf te bevrijden van de natuur en zijn onzekerheden, omdat hij zich afsluit van zijn natuurlijke omgeving. Experts gaan zo ver dat ze spreken over de 6<sup>e</sup> periode van uitsterven.

### DE BIODIVERSITEIT IN GEVAAR

De aarde heeft vijf grote periodes van uitsterven van de biodiversiteit gekend. De laatste, 65 miljoen jaar geleden, is de bekendste omdat dit resulteerde in het verdwijnen van dinosaurussen. De verantwoordelijken van deze 5 eindperiodes? Grote vulkaanuitbarstingen, afkoeling van het klimaat, toe- of afname van het zeeniveau, meteorieten ... Volgens de wetenschappers zouden we nu volledig in een 6<sup>e</sup> uitstervingsperiode zitten. In alle delen van de wereld neemt de biodiversiteit drastisch af<sup>6</sup>. Verantwoordelijk hiervoor? Onze levensstijl, gebaseerd op het verbruiken van hulpbronnen van de planeet. Het gevolg is dat er weinig respijt is voor ecosystemen. Een overzicht van de menselijke aanvallen op natuurlijke omgevingen en biodiversiteit.

- **Vernietiging van leefgebieden**

Het eerste beeld dat bij ons opkomt als we spreken over het verlies van habitats of leefgebieden is de **ontbossing**. Dat is inderdaad de belangrijkste bedreiging, namelijk voor 85% van de bedreigde soorten<sup>7</sup>. Maar de vernietiging van natuurlijke leefgebieden is wereldwijd een realiteit. Trouwens een haag uitdoen, een wetland drogen of een parkeerplaats bouwen waar eerder een bloemrijke weide was vernietigt ook habitats. Het is gewoon minder spectaculair dan de afbeeldingen van graafmachines die het Amazone-regenwoud afgraven.

- **Vervuiling van het milieu**

Chemicaliën zijn overal in ons leven aanwezig : van pesticiden gespreid op het fruit dat we eten tot de kleurstoffen die onze kleding doordrenken, via de hormoonontregelaars in onze deodoranten en alle uitstoot van onze industrie. Deze verschillende chemische stoffen zijn in mindere of meerdere mate toxisch. Het is onvermijdelijk dat ze aangetroffen worden in de natuur en een effect hebben op organismen, soms tot ver van hun uitstootplaats. Milieuvervuiling wordt ook veroorzaakt door ons afval, met name plastic afval, dat bijna alle ecosystemen is binnengedrongen<sup>8</sup>.

- **Klimaatverandering**

Als het klimaat verandert, wijzigen de fysieke kenmerken van de ecosystemen... die de facto het hele ecosysteem wijzigen. En daarmee de soorten die er leven beïnvloeden. Het meest sprekend is de ijsbeer die steeds minder pakijis ter beschikking heeft<sup>9</sup>. In onze contreien kunnen de beuken verdwijnen omdat hogere temperaturen hun aanwezigheid verdringen<sup>10</sup>. De kabeljauw verlaat onze wateren al...

- **Overexploitatie van de middelen**

We benoemen een grondstof als over-geëxploiteerd wanneer wat ervan “genomen” wordt de capaciteit overschrijdt van wat er op natuurlijke wijze kan “aangroeien”. Dit kan een onmiddellijke over-exploitatie van de soort zijn (overbevissing, intensieve jacht...) of een over exploitatie van hun leefomgeving (water, bodem, bossen...). Enkele voorbeelden? Blauwvistonijn in de Middellandse zee bevindt zich op de rand van uitsterving. Trouwens net als veel andere vissoorten en dit in alle wateren ter wereld. De oerang-oetang, wiens habitat (regenwoud) verdwijnt om plaats te maken voor palmtelt.

<sup>6</sup> Rapport van IPBES – ‘Intergovernmental Science-Policy Platform on Biodiversity and Ecosystem Services’, over biodiversiteit - mars 2018 [Biodiversiteit gaat overal ter wereld achteruit \(HLN\)](#)

<sup>7</sup> [Habitatverlies en -degradatie WWF](#)

<sup>8</sup> Zie dossier van de uitdaging « Zero afval »

<sup>9</sup> In augustus 2018 [scheurt het sterkste ijs ter wereld](#) door de opwarming van het klimaat.

<sup>10</sup> De Standaard (14/7/2018) artikel waarin beschreven wordt dat [beuken zullen verdwijnen](#).

## HET BELANG VAN BEHOUD VAN BIODIVERSITEIT

De link tussen het belang van het behoud van de biodiversiteit en onze dagelijkse realiteit lijkt nihil. En toch... hebben we duizend goede redenen om alle soorten te beschermen.

- **Biodiversiteit behouden voor haarzelf**

Het leven om ons heen is het resultaat van miljoenen jaren van evolutie. Los van elk nut voor de mens, hebben we een soort ethische plicht om ons te ontwikkelen zonder andere levensvormen te schaden.

- **Biodiversiteit behouden voor ons (en de schoonheid van de wereld)**

Biodiversiteit is essentieel voor ons. Zelfs als we dat niet beseffen omdat we afgesneden zijn van de natuur. Een voorbeeld? De zuurstof die we inademen wordt gemaakt door planten. Ook ons voedsel, onze kledij, geneesmiddelen... is afkomstig van al wat leeft en bloeit. In de natuur is alles met elkaar verbonden. De verdwijning van een soort, zelfs al lijkt dit triviaal, kan leiden tot het verdwijnen van verschillende andere soorten<sup>11</sup>.

In de natuur heeft alles zijn nut. We kunnen bijvoorbeeld een vlieg vervelend en overbodig vinden. Maar sommige vliegen zorgen voor bestuiving. En we weten: geen bestuiving, geen oogst! Ook wespen vinden we maar lastposten. Maar ze hebben een paar belangrijke functies. Een nest van 6.000 wespen kan in één week een half miljoen vliegen en zo'n 130.000 muggen vangen. Moesten er geen wespen zijn, dan zouden planten en landbouwgewassen het veel moeilijker hebben om vruchten voor te brengen. Bovendien fungeren ze ook als een soort opruimingsdienst. Kleine dode dieren worden in stukjes gebeten en gevoederd aan de larven<sup>12</sup>. En dan hebben we het nog niet gehad over alle nog niet-ontdekte zaken die de natuur ons kan bieden (geneeskrachtige planten bijvoorbeeld).

De natuur is ook een oneindige bron van inspiratie, waar we vaker een beroep op zouden moeten doen, door "de levenden als model" te nemen<sup>13</sup>.

### **Biomimicry**

Het leven op aarde evolueert bijna 4 miljard jaar. Het heeft dus tijd gehad om meerdere vormen uit te testen, waarvan de besten het overleefden. We hebben er dus alle belang bij om ons erdoor te laten inspireren. Dat is het uitgangspunt van biomimicry. Het is de kunst van het imiteren van de beste biologische ideeën in de natuur om menselijke toepassingen uit te vinden.

Biomimicry heeft materiële voordelen zoals zich laten inspireren door de vorm van levende wezens om meer efficiënte voorwerpen te maken. Maar daarnaast zorgt het er ook voor dat er wordt nagedacht over een meer duurzame levenswijze. Want het is opvallend dat in de natuur een organisme bijna nooit zijn eigen leefomgeving vervuult, vergiftigt of onleefbaar maakt.

De natuur is belangrijk voor ons welzijn. Daarom heeft onze negatieve impact op de natuur ook een negatieve invloed op ... onszelf. Wij lijden aan gebrek aan een natuurlijke omgeving, gewoon omdat we er niet genoeg mee in contact komen. En we zijn er ons vaak zelf niet eens bewust van.

Niemand kan de schoonheid van een bos betwisten, de magie van het oversteken van een wild dier, de verwondering van onze kinderen voor een slak of wat mieren ... Kortom, de fascinatie die de levende wereld op ons uitoefent. Een wereld zonder vlinders, bijen, giraffen of veldvogels<sup>14</sup> is een arme wereld. Een wereld waar het opeens allemaal wat triester is.

<sup>11</sup> Dit noemt men de « co-extinction » - [dossier du CNRS](#) over dit onderwerp

<sup>12</sup> Natuurpunt: [wespen in het land](#)

<sup>13</sup> Boek geweid aan dit onderwerp : « Le vivant comme modèle – La voie du biomimétisme » par Gauthier Chapelle, Albin Michel, 2015.

<sup>14</sup> [VRT- Is de huidige generatie Kievitten de laatste?](#) (maart-mei 2018) en Natuurpunt over [akkervogels](#).

## AFGEKOPPELD LEVEN VAN DE NATUUR

Steeds meer mensen leven in steden. Verstedelijking wint elk jaar terrein in agrarische en natuurlijke gebieden. Kinderen tussen 6 en 11 jaar brengen gemiddeld 2 uur per dag door voor een scherm, maar spelen amper buiten<sup>15</sup>. Groene ruimtes waar ze vrij kunnen spelen zijn vaak zeldzaam geworden. In één generatie tijd is de relatie met de natuur aanzienlijk veranderd.

We laten kinderen minder vaak buiten spelen omdat we de natuur zelf eng vinden. We leven in een wereld waarin we elk risico willen vermijden. En in een boom klimmen of in een riviertje spelen betekent een risico nemen.

Dit gebrek aan contact is niet zonder gevolgen voor de gezondheid van kinderen en volwassenen. Het leidt tot een zittende levensstijl. Weinig buitenkomen betekent weinig bewegen. En dat vormt de bron van gezondheidsproblemen zoals obesitas, diabetes of hart- en vaatziekten. We weten ook dat het contact met een groene omgeving (zelfs alleen al ernaar kijken vanachter een raam) stress en angst vermindert<sup>16</sup>. Voldoende contact met de natuur is daarom ook een aandachtspunt voor de volksgezondheid.



<sup>15</sup> [Trésors du dehors, auprès de nos arbres, enseignons heureux](#) – Collectif Tous dehors, januari 2017.

<sup>16</sup> [Natuur brengt hersenen tot rust en geneest het lichaam](#)





### 3. OPLOSSINGEN

Voor de twee problemen in dit dossier vernoemd, het verlies aan biodiversiteit en het gebrek aan contact met de natuur, kunnen we elk op ons eigen niveau oplossingen bieden. Biodiversiteit is overal, het is aan ons om het wat ruimte te geven en om de druk erop te verminderen. Als je de kans niet hebt om de natuur naar je toe te brengen, ga dan naar de natuur. Ze is nooit ver weg, zelfs niet in de stad.

#### LEVEN VINDT ALTIJD ZIJN WEG ...

Leven vindt altijd zijn weg ... als je het de kans geeft. Er zijn volop kansen om de biodiversiteit te bevorderen en ze vragen niet per se veel inspanningen. Zelfs in onze eigen tuin kunnen we al heel wat dingen doen<sup>17</sup>. De eerste stap is natuurlijk om pesticiden totaal te bannen. Ze zijn niet alleen giftig zijn voor insecten, maar ook voor ons<sup>18</sup>! Je kan je tuin ook zo inrichten dat biodiversiteit er welkom is: plant bijenlievende planten, plaats een insectenhotel, een nestkast voor vogels, ...<sup>19</sup>

Je kunt ook gewoon een wilde hoek in je tuin maken: zo'n plek heeft geen behoefte aan speciale arrangementen. Gewoon ... de natuur zijn gang laten gaan. Dat kan voor heel leuke verrassingen zorgen. Je kan een mini-(moes)tuintje aanleggen (1m<sup>2</sup> volstaat al) waarin je het groeien en bloeien kan volgen.

Een andere, meer indirecte, manier om de biodiversiteit te helpen, is een duurzamere levenswijze aannemen: eet lokaal (liefst biologisch), verminder je afval, bespaar energie, wees je bewust van je waterverbruik... al deze kleine dagelijkse handelingen (je waarschijnlijk niet onbekend 😊) kunnen onze druk op de natuurlijke omgeving verminderen.

#### BUITENLESDAG, BELEEF HET BUITEN !

Hier is dan eindelijk ons centrale punt. Ons verbinden met de natuur en kinderen er terug in contact mee laten komen. Zowel om te leren als om de natuur te leren waarderen.

Het is eenvoudig en tegelijk ook moeilijk omdat we misschien vastgeroeste gewoonten moeten veranderen. Zo is meer in de natuur komen ook even uit de comfortzone komen !

Buiten leren, spelen en bewegen, dat kan op veel manieren. ! Enkele ideeën?

- Overweeg meer buiten les te geven of outdoor activiteiten te doen.
- Verplicht jezelf een wandeling te maken in het bos in plaats van je weekend te spenderen voor TV.
- Ga lunchen in een park of tuin in plaats van te eten in de eetkamer (of nog erger, voor je computer).
- Start een tuintje, zelfs in bakken, om in contact te zijn met de aarde.
- Neem de tijd om de natuur te observeren: vogels, een slak, dode bladeren, knoppen, bloemen ... en zoek daarna eens iets op over wat je hebt waargenomen.
- Genieten van « Land Art<sup>20</sup> ». Of maak het zelf (hier vind je enkele ideetjes: [ScharrelKUNST](#))
- Bouw een hut met takken.
- Klim in een boom (en geniet van het uitzicht).
- Maak opnieuw verbinding met de cyclus van de seizoenen door regelmatig te observeren en nota te nemen van waargenomen veranderingen.

Er zijn tal van mogelijkheden. Voor kinderen. Maar ook voor volwassenen. Zij kunnen het zich voor de gelegenheid veroorloven terug even een kind te worden 😊. Buiten lesgeven of naar buiten trekken is het ook opnieuw leren om je te verwonderen en het leven vanuit een ander hoek te bekijken.

<sup>17</sup> Natuurpunt [Acties voor een tuin vol leven](#)

<sup>18</sup> Natuurpunt over [bannen van pesticiden](#) en BBL [bestrijdingsmiddelen nefast voor biodiversiteit](#)

<sup>19</sup> Natuurpunt : [richt je tuin in voor insecten](#)

<sup>20</sup> *Land art* is het creëren van tijdelijke kunst, gebruik makend van wat de natuur biedt (hout, aarde, stenen, zand, water, rots, etc...). Je vindt inspirerende voorbeelden bijvoorbeeld op [Pinterest](#).



## 4. TOT SLOT

De natuur doet ons deugd en we zouden er meer tijd moeten doorbrengen. En door er tijd te besteden, kom je te weten dat ze deugd doet. De natuur leren kennen moedigt ook het voornemen aan ze te willen behouden. En tja, ze beschermen is essentieel als we willen we dat ze ons in de toekomst ook nog deugd kan blijven doen.

De uitdaging « Buitenlesdag », de laatste van de vijf uitdagingen, is misschien de meest fundamentele omdat het de volledige betekenis geeft aan de andere vier : opnieuw verbinden met de natuur, je bewust worden van zijn schoonheid en zijn nut, dat is de eerste stap om onze omgeving te behouden. Dus... allemaal naar buiten ! Om buiten te leren, te spelen en te bewegen. Dit is waar de toewijding begint .



## 5. WIL JE NOG MEER WETEN ?

### PEDAGOGISCH MATERIAAL

- [De boom in](#) : uitgewerkte methodieken en lespakketten om kinderen terug in contact te brengen met bos en natuur in hun omgeving.
- [Ik geef leven aan mijn planeet](#) : acties en educatieve pakketten over biodiversiteit
- [1001 voor biodiversiteit](#): allerlei ideeën om diversiteit in je dagelijkse leven te brengen.
- [Leefmilieu Brussel](#) heeft verschillende educatieve tools over het thema biodiversiteit.
- [LNE](#) : departement Leefmilieu, Natuur en Energie – De Vlaamse milieuadministratie
- [Sharing Nature](#) : outdoor educatie, waarbij kinderen persoonlijke ervaringen opdoen in de natuur.
- [Outdoor education](#) van Vives: hier vind je een aantal outdoor lessen
- [Mundo Bib](#): documentatiecentrum voor duurzame ontwikkeling, je kan er gratis boeken, leermiddelen en educatieve materialen lenen, tijdschriften lezen, dvd's en video's bekijken (Edinburgstraat 26, 1050 Brussel)
- Regionale landschappen hebben op hun websites verschillende natuureducatiepakketten, bv RLGC voor [lagere scholen](#)

### ANDERE ORGANISATIES EN PARTNERS

- [WWF](#) – De organisatie bij uitstek waarvan biodiversiteit het speerpunt is.
- [Natuurpunt](#) – Natuurvereniging die kwetsbare en bedreigde natuur in Vlaanderen beschermt.
- [VELT](#) – vereniging voor al wie milieuvriendelijk aan de slag wil in de tuin of keuken.



GoodPlanet Belgium – Edinburgstraat 26 1050 Brussel  
[challenges@goodplanet.be](mailto:challenges@goodplanet.be)  
[www.goodplanetchallenges.be](http://www.goodplanetchallenges.be)