

ALLES OVER ...



**+ UITNEEMBARE
KAMPENBROCHURE**

HET KIKKERTJE



JE BEESTIGSTE JEUGDBEWEGING

LENTE 2015

Jaargang 34 nummer 3 - maart, april, mei 2015
Driemaandelijks nationaal tijdschrift van JNM vzw. Afgiftekantoor Gent x - P 308588
V.U. Wim Vandonck, Tarbotstraat 61F, 9000 Gent

JE BEESTIGSTE JEUGDBEWEGING

JNM, de Jeugdbond voor Natuur en Milieu, is een jeugdbeweging voor iedereen tussen 7 en 26 jaar die zich goed voelt in de natuur en zijn schouders niet ophaalt voor het milieu. Samen trekken we het hele jaar door de mooiste natuurgebieden in en laten we ons betoveren door de zotste waarnemingen. We nemen zelf een zaag of schop in de hand en maken ruimte voor natuur. Bovendien gaan we op een duurzame en milieuvriendelijke manier door het leven en proberen we anderen daar ook warm voor te maken. En tijdens de zomermaanden? Dan kan je tijdens één van onze veertig zomerkampen in binnen- en buitenland dagenlang genieten met vrienden in de natuur. Kom zelf op ontdekking bij één van onze vijftig afdelingen in Vlaanderen en Brussel.

LID WORDEN

Om lid te worden surf je naar www.jnm.be/lidworden en vul je het inschrijvingsformulier in. Je krijgt betalingsinstructies per e-mail.

- 5 euro voor introductieleden: voor iedereen in het eerste jaar dat je lid bent
- 18 euro voor piep-, ini- & gewone leden, geboren in de jaren 1988 tot en met 2006
- 18 euro voor steunleden, geboren in 1987 of vroeger (abonnement op Euglena)
- 36 euro voor instellingen, bibliotheken, scholen ... (abonnement Euglena + Kikker)

Met steun van de
Vlaamse overheid



JE BEESTIGSTE JEUGDBEWEGING

LIDGELD HERNIEUWEN

Surf aangemeld naar www.jnm.be/lidgeldhernieuwen en ons systeem loodst je door de verschillende stappen van je lidgeldhernieuwing. Je kan ook een domiciliëringaanvraag indienen op www.jnm.be/domiciliëring. Wie betaalt via domiciliëring krijgt een leuk JNM-cadeau!

CONTACTEER ONS

Op het **nationaal secretariaat** kan je terecht met administratieve vragen, bijvoorbeeld over je lidgeld. JNM vzw, Tarbotstraat 61E, 9000 Gent
info@jnm.be - 09/223 47 81
Elke werkdag open van 10u tot 12u30 en van 13u30 tot 17u.

De **JNM-winkel** huist voortaan in de Oxfam Wereldwinkel Gent-Centrum. Oxfam Wereldwinkel, Lammerstraat 16, 9000 Gent

winkel@jnm.be - 09/223 47 81
De winkel is open van maandag tot zaterdag van 10u tot 18u30.
Je kan al onze producten ook online bestellen op www.jnm.be/winkel.

De contactgegevens van ons nationaal hoofdbestuur vind je op www.jnm.be/hb. De vrijwilligers van je afdeling kan je bereiken via www.jnm.be/afdelingen.

HET KIKKERTJE is het driemaandelijks nationale tijdschrift voor piepers (7-12 jaar) van JNM. De artikels en foto's worden gemaakt door onze vrijwilligers. Dank aan alle schrijvers en fotografen! Vragen? Inzendingen? Eén adres: kikkertje@jnm.be!

REDACTIE

vormgeving en illustraties: Mauri Boute
vormgeving en illustraties Kampenbrochure: Louize Perdies
inhoud: CommunicatiePloeg en vele anderen
communicatiemedewerker: Wim Vandonck

VOORWOORD

KAMP! KAMP! KAMP! DAAR BEGINT DE PRET



door Cheyenne Guldemont

Dag schatten,

Stel je eens voor: je komt aan op een plek waar het gras groener is dan je ooit gezien hebt, de bloemen wondermooi zijn en de vlinders rustig rondvliegen en hun schoonheid tonen. Je bent helemaal overdonderd tot er ineens een JNM-begeleider opduikt. "Welkom op kamp!" Je merkt dat er heel wat andere piepers zijn.

Je kan spelen en rollen zonder probleem. Je gaat op excursie en vangt hopelijk wat beestjes. En na de zware dag zit je allemaal gezellig samen rond het kampvuur.

Mooie natuur, veel piepers en begeleiders, supercoole spelletjes en excursies, lekker eten, kampvuur en vooral niet te vergeten: heeeel veel plezier. Dat is een JNM-kamp! Kan je net zoals ik niet meer wachten om op kamp te gaan? Schrijf je dan snel in. In de brochure binnenin staan alle kampen waaruit je kan kiezen.

Is de zomer toch nog te lang wachten om al je vriendjes terug te zien? Kom dan naar de Nationale Piepdag op 2 mei. Je vindt alle informatie een beetje verder in dit Kikkertje.

Hopelijk tot snel!

Cheyenne
Opperpiep 2014-2015

PS: Is het jullie ook opgevallen dat het boekje er wat anders uit ziet? JNM zit helemaal in een nieuw jasje. Ik vind het alvast superleuk!



JE BEESTIGSTE JEUGDBEWEGING

NATIONALE PIEPDAG IN HET MECHELS BROEK

**SCHRIJF JE VOOR 26 APRIL 2015 IN VIA
WWW.JNM.BE/NATIONALEPIEPDAG**

Lieve dagboek,

Daarnet moest ik van mama mijn kamer opruimen. Ze vond dat er vreemde geurtjes uit mijn boekenkast kwamen en dacht dat er weeral een boterhamendoos in verstopt zat. "Maar mama toch, dat is helemaal geen oude boterhamendoos, da's mijn beerput die je ruikt!" Mama keek me bij die woorden eens vreemd aan en zette zich op mijn bed terwijl ik dat dikke boek uit de kast nam. Samen met haar las ik alle tekstjes van piepers en begeleiders nog eens door. Bij elke bladzijde die we omsloegen rook ik steeds meer kampgeurtjes die me deden wegdromen.

Eigenlijk begon ik het wel te missen, dat heerlijke kampgevoel! Het duurt nog zoooooo lang tot ik al mijn vriendjes en vriendinnetjes terug zie. En die gekke begeleiders met hun flauwe mopjes en vreemde toneeltjes mis ik stiekem ook wel een beetje.

Lieve dagboek, laat het maar snel terug juli zijn!

Tot morgen,

Charlotje

Hé piepers!

Missen jullie ook al je vriendjes en vriendinnetjes? Kunnen jullie ook niet wachten tot de kampenzomer terug begint? Dan hebben wij heel goed nieuws voor jou. Je kan ze namelijk allemaal terugzien in het Mechels Broek (dat is ... in Mechelen). Want daar gaat de Nationale Piepdag door!

"De Nationale Piepdag?", hoor ik je nu denken. "Wat is dat?" Wel, lees even het volgende verhaaltje:

Overall in Vlaanderen zullen piepers aan de stations staan wachten op een trein richting Muizen. Naarmate ze dichter bij hun bestemming komen, raken de

treinen alsmaar meer gevuld met lieve kindertjes met kleurige kikkertruien. "PLING-PLONG, zo dadelijk komen wij aan in Muizen!", roept de conducteur door de microfoon. Tientallen piepers stappen samen met hun begeleiders uit om op een heerlijk avontuur te gaan!

Wil je weten hoe het verhaal verder gaat? Schrijf je dan als de bliksem in voor deze knaller van formaat. Meer uitleg voor mama en papa kan je hiernaast vinden. Loop dus snel met deze aankondiging naar hen en kijk hen met je liefste puppy-ogen aan.

Tot dan!



WANNEER?

Zaterdag 2 mei. Het vertrek- en aankomstuur is overal verschillend, controleer zeker of jouw afdeling meedoet. **WAAR?** Je vertrekt in

jouw afdeling en gaat met de begeleiding met de trein naar Muizen. **INSCHRIJVEN ALS PIEPER?**

Kan via de website: www.jnm.be/nationalepiepdag

INSCHRIJVEN ALS BEGELEIDER? Contacteer de verantwoordelijke van jouw afdeling en vertel hem/haar dat je mee gaat. **MEEBRENGEN:** Zorg dat je stevige stapschoenen aanhebt, breng een rugzakje mee met: een regenjas, lunchpakket, voldoende water, een vieruurtje en excursiemateriaal (als je dit hebt). **VRAGEN OF**

OPMERKINGEN? Contacteer opperpiep Cheyenne via guldemont.cheyenne@gmail.com of op 0486 53 80 36.

OOIT GEZIEN OP KAMP

ENKELE COOLE PLANTEN EN BEESTEN



door Pepijn Boeraeve

Kijk jij al uit naar een zomerkamp vol spelletjes, toffe begeleiders, nieuwe vriendjes, toneeltjes en zoveel meer? Verlang jij ook naar de excursies deze zomer? Een excursie is een wandeling in de natuur waarbij je goed let op wat er allemaal te zien is: grote beesten, kleine insectjes, planten, bomen en uiteraard ook gras. Om je alvast nog ietsje meer benieuwd te maken, vertel ik je hier over wat ik al ooit zag op een piepkamp.



EELHOORN

Wetenschappelijke naam: Sciurus vulgaris

Datum: zondag 4 augustus 2013

Locatie: Het Leen, Eeklo (provincie Oost-Vlaanderen)

Kamp: Boris blik versus de afvalbrekers

Het verhaal: die ochtend waren we allen een beetje lui en het duurde erg lang vooraleer iedereen eindelijk klaar was om op pad te gaan. We waren nog maar honderd meter ver of we stonden al terug stil. Er zat namelijk een eekhoorntje in de bomen rondom ons! Vanop het pad kon iedereen het schattige, roodbruine beestje goed zien. Het sprong lustig van de ene op de andere tak. Uiteindelijk verdween hij pas na tien minuten uit het zicht. Iedereen weet wel hoe een eekhoorn eruit ziet, denk ik: een klein, roodbruin zoogdier met een grote pluimstaart. De eekhoorn die bij ons in de natuur voorkomt, is de Rode eekhoorn. Maar er zitten in ons land her en der ook wel nog

andere soorten eekhoorns, bijvoorbeeld de Siberische grondeekhoorn. Deze horen hier echter niet thuis en soms verdringen ze zelf onze Rode eekhoorn!

De eekhoorn weegt ongeveer 300 gram en eet elke dag ongeveer 15 gram noten & zaden uit dennennappels. Daarnaast knabbelen ze ook wel eens aan knoppen, paddenstoelen, schors en soms zelf insecten en eieren! Een deel van hun eten verstoppert ze onder de grond: hun bekende wintervoorraad. In de winter slapen ze niet maar houden ze zich lekker warm in hun groot, rond nest. Op betere winterdagen kruipen de eekhoorns 's ochtend wel eens naar buiten om wat van hun wintervoorraad te gaan eten.



foto: Tim Adriaens



foto: Johan Seys



foto: Johan Seys

ZWARTE OOIEVAAR

Wetenschappelijke naam: Ciconia nigra

Datum: woensdag 8 augustus 2012

Locatie: Teuven (provincie Limburg)

Kamp: Dassepoester

Het verhaal: op een zonnige namiddag waren we met z'n allen op weg naar een beekje waar we konden zwemmen. Plots riep een slimme pieper heel luid: "Zwarte ooievaar!" Ik keek omhoog en niet veel boven mij vloog een enorme vogel traag over. Nog eventjes konden we hem zien maar uiteindelijk verdween hij met zijn donkere veren achter de bomen.

Iedereen kent de Ooievaar wel, een grote prachtige vogel. De Zwarte ooievaar ziet er ongeveer hetzelfde uit (alleen is hij

zwart, natuurlijk). Het dier is ongeveer een meter groot en volledig zwart op zijn witte buik na. Ze hebben rode poten en een rode bek. Zo rond april of mei komt de Zwarte ooievaar helemaal vanuit Afrika aangevlogen en dan blijft die in de zomer bij ons. In en aan het water gaat de grote, donkere vogel op zoek naar vis, amfibieën en insecten. Wanneer oktober aanbreekt, is het opnieuw tijd voor de Zwarte ooievaar om de vleugels te strekken en terug naar Afrika te vliegen.



foto: Lukasz Lukasik





PENSEELKEVER

Wetenschappelijke naam: Trichius spec.

Datum: donderdag 4 juli 2013

Locatie: Koersel (provincie Limburg)

Kamp: Het gesidder van een zwartvoetridder

Het verhaal: al een hele dag waren we langs drukke banen van het ene natuurgebiedje naar het andere gebiedje aan het fietsen. Een 'terril' (een grote, oude, verwilderde berg van koolmijn-restanten) was de laatste stop van de dag. Helaas, een groot bord verbood ons verder de berg op te gaan. Gelukkig was er nog een ander leuk plekje iets verderop. Reeds na vijf minuten kwam een pieper met een prachtige kever in zijn handen en een luttele vijf seconden later wist een erg slimme mede-pieper dat het een penseelkever was!

Zoals elke kever wordt de Penseelkever

geboren uit een eitje. Uit het ei komt een larve die twee jaar lang in stukken rottend hout leeft. Daar eet die larve, ohjawel, rottend hout. Uiteindelijk verpopt de larve en daaruit komt dan de prachtige Penseelkever. Het achterlijf is opvallend geel met grote gele vlekken. Bovendien is de kever is erg behaard. Hierdoor denken veel vogels en andere dieren (die wel eens een kevertje lusten) dat het misschien wel eens een bij of een hommelmel zou kunnen zijn en blijven er bijgevolg liever af! De kever zelf eet de zachte delen van planten en dan nog het liefst van planten met witte bloemen. Njummie!



foto: Leo Janssen



MIJN TUIN, EEN KLEIN NATUURGEBIED



door Mara Van Osselaer

Mijn goed voornemen? Van mijn tuin een echt natuurgebied maken. Ik wil er zo veel mogelijk soorten planten en beestjes in! Stap één: het opstellen van een beheerplan. Dat is een plan waarin staat hoe ik de komende jaren ga snoeien, maaien, kappen, zaaien en planten. Ik weet helemaal niet veel van natuurstudie en beheer, maar ik ben wel een echte JNM-freak. En dus deel ik graag mijn ervaringen met jullie!

“Ik wil nog veel meer dieren naar mijn tuin lokken”

Mijn tuin is heel groot en ligt vlakbij de Kalmthoutse Heide. De tuin ligt er verwilderd bij, wat heel goed is voor veel dieren. Heel de tuin ligt in de schaduw. Dit zorgt ervoor dat ik niet zoveel groenten en kruiden uit mijn moestuin kan halen. Er is een vijver met eendenkroos in, maar tot nu toe hebben we ook daar nog niet veel leven in gezien. Waarschijnlijk komt dat omdat ook de vijver volledig in de schaduw ligt. Sinds kort bemest ik mijn tuin met paardenmest, in de hoop meer groenten en kruiden te krijgen. Daardoor komen veel vogels die insecten eten naar de tuin, zoals merels.

In de tuin staan ook planten die eigenlijk niet van hier zijn. Dat noemt men met een moeilijk woord exoten. Er staat bijvoorbeeld rodedendron. Het nadeel van deze plant is dat er niks meer ondergroeit. Er staan ook kiwiplanten die heel veel hommels naar de tuin lokken, dat is een grote plus!

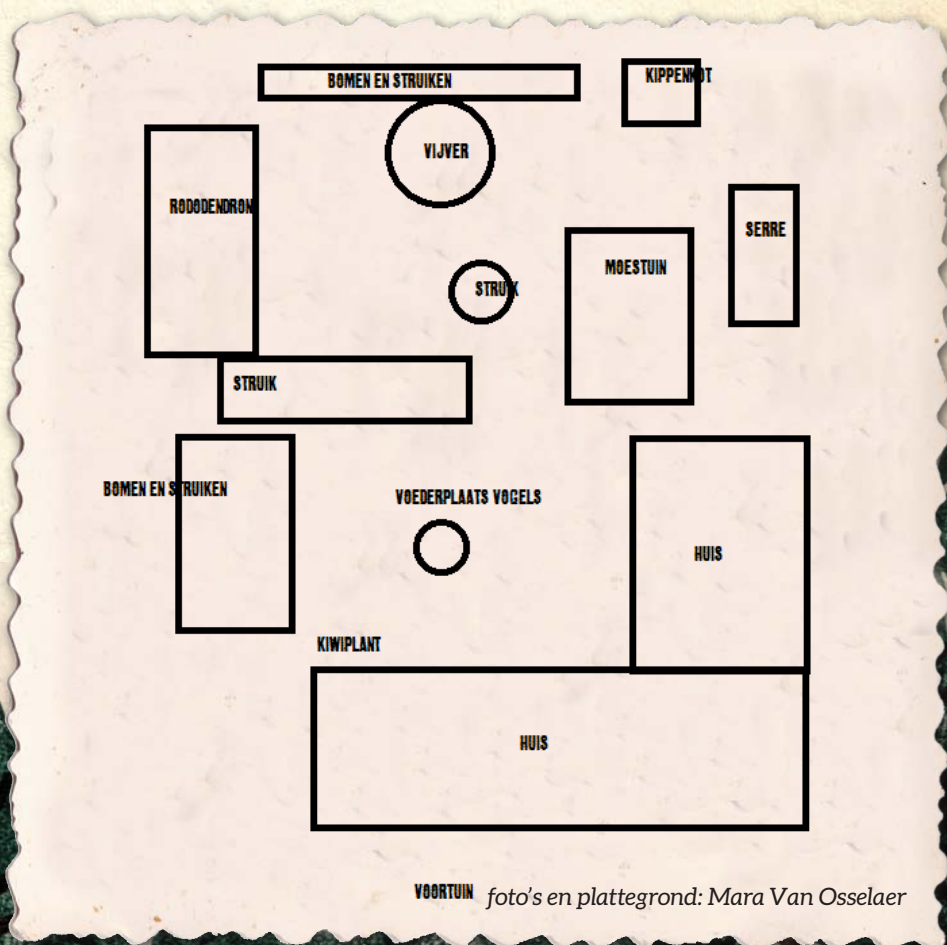


Ik wil de komende jaren nog veel meer dieren naar mijn tuin lokken. In de winter komen er al heel veel vogels naar onze voederplaatsen. En in de lente komen er veel mezen in onze tuin hun kroost grootbrengen. Zo hebben we al staartmezen mogen verwelkomen in onze struiken en koolmezen in onze brievenbus. En wat met insecten? Het bont zandoogje, een hele mooie vlinder, bezoekt regelmatig onze tuin.



“Mijn tuin moet een supertuin worden”

Wat is nu het plan om van mijn tuin een supertuin te maken? Ik ga voor een bostuin met open plekken, want een heidetuin is bijna onmogelijk. Daarom zal ik beginnen met de rodedendron te kappen. In de plaats komen er struiken van hier en een mooie wildebloemenweide. Om wat zonlicht bij de vijver te krijgen, zullen we de bomen er rond kappen. En zo hoop ik een mooie, gezellige tuin te krijgen. Duim jij mee?



VOORTUIN foto's en plattegrond: Mara Van Osselaer

WIE IS ER BANG VAN DE BOZE WOLF?

DE WOLF KOMT TERUG!



door Simon Schowanek

Sinds 1898 is deze mooie diersoort in ons land uitgestorven, maar hij is bijna terug! De wolf doet het immers erg goed in de rest van Europa, en hij komt steeds dichterbij ons land. In Duitsland en Frankrijk zitten er al roedels (families wolven) op zo'n 200 kilometer van de Belgische grens. Dat lijkt ver maar dat loopt een wolf moeiteloos. Wij mochten de eerste wolf al in België verwelkomen in augustus 2011, toen werd er eentje gefilmd in de Ardennen. Het blijft echter nog wachten op de eerste wolven die hier blijven wonen ...

In tegenstelling tot wat veel mensen denken, hebben wolven helemaal geen hele grote en verlaten bossen nodig. In Zuid- en Oost-Europa leven ze zelfs in de stad, waar ze op zoek gaan naar afval. Dus ook bij ons kunnen wolven leven. Bijvoorbeeld in de Ardennen, daar zijn er genoeg prooidieren en is er genoeg leefruimte voor de wolf.

Dat de wolf kan terugkeren is erg belangrijk voor vele andere planten en dieren. Als een wolf bijvoorbeeld een hert doodt, blijven er voedselresten over waarvan aaseters zoals vossen, raven, dassen, everzwijnen en zelfs gieren graag van meegenieten. Wolven jagen herten en andere planteneters zo'n schrik aan dat ze op sommige plaatsen niet meer durven komen (bijvoorbeeld vlakbij een wolvennest). Hierdoor worden de planten in de omgeving van het nest niet opgegeten en kunnen ze ongestoord

groeien. Bovendien eten wolven ook oude en verzwakte dieren op, waardoor de gezonde dieren overblijven.

Het zou dus erg goed zijn voor de natuur mocht de wolf terugkomen. Laten we hopen dat hij over een paar jaar terug in ons land leeft!



foto: Anders Illum



WIST JE DAT...

... wolven heel goede langeafstandslopers zijn? Ze kunnen per dag makkelijk 50 kilometer afleggen. Er is zelfs een wolf geweest die in één dag 190 kilometer heeft gelopen! Dat is zover als van de zee tot de Ardennen.

... wolven helemaal niet zo gevaarlijk zijn als wordt beweerd? Dat beeld heeft hij vooral te danken aan sprookjes zoals "Roodkapje" of "De 3 biggetjes". Eigenlijk hebben wolven meestal meer schrik van jou dan jij van hen. Meestal maken ze zich snel uit de voeten voor jij ook maar iets van hen opmerkt.

... wolven verschillende soorten gehuil hebben? Elk soort gehuil heeft een speciale betekenis. Die kan gaan van "Waar zijn jullie?" of "Blijf uit ons territorium" tot "Kom eens allemaal naar hier!".



foto: Tom Bech



foto: Anders Illum



DAGEN ZONDER VLEES

DOE JIJ MEE AAN DAGEN ZONDER VLEES?



door Eva Sorgeloos

Dagen Zonder Vlees is een spel waarbij alle deelnemers veertig dagen lang zo weinig mogelijk vlees en vis te eten. Je kan vrienden, familie, klasgenoten en burens uitdagen om mee te doen.

WAAROM MEESPELEN?

Vlees en vis eten heeft een grote invloed op je ecologische voetafdruk. Hoe meer vlees en vis je eet, hoe groter je voetafdruk. De voetafdruk van Belgen is te groot. Als iedereen op aarde zou leven als een Belg, dan zouden we vijf planeten nodig hebben! Gelukkig is het niet zo moeilijk om die voetafdruk te verkleinen. Zo spaar je door een periode minder of geen vlees en vis eten al gauw een dikke teen uit!

Iedere dag dat je geen vlees of vis eet, bespaar je:

1000 liter water = 10 baden

2 kilo broeikasgassen = 15 km autorijden

11 vierkante meter op je ecologische voetafdruk = een kleine tuin

ELKE DAG TELT DUS!

Minder vlees eten is ook gezond, goed voor de natuur, je medemens en het is nog lekker ook! Je hoeft natuurlijk geen vegetariër te worden. Af en toe wat vlees of vis eten kan geen kwaad en een dag per week vegetarisch eten is ook echt al goed.

ECOLOGISCHE VOETAFDruk

Je ecologische voetafdruk is de plaats op de aarde die je nodig hebt om te leven. Hoe groter je voetafdruk, hoe meer energie en spullen je gebruikt. Zo gebruik je bijvoorbeeld water om te drinken, wassen of het toilet door te spoelen. Maar ook je eten, speelgoed, schoolboeken en andere dingen zitten in die voetafdruk. De grootte van je voetafdruk hangt af van hoe je leeft. Als je bijvoorbeeld hele lange douches neemt, zal je voetafdruk groter zijn dan wanneer je je maar een paar minuten wast. Je voetafdruk is ook kleiner wanneer je de fiets of bus neemt in plaats van de auto. En het is natuurlijk ook beter om groenten te eten die in het seizoen rijp zijn en die van hier komen. Kan jij ook enkele voorbeelden bedenken waardoor je je voetafdruk kan verkleinen?

HOE KAN IK MEEDOEN?

Dagen Zonder Vlees startte op woensdag (18/02) en loopt tot Pasen (04/04). Je kan dus nog steeds meedoen of je eigen 40-dagen uitdaging starten. En onder het motto 'deelnemen is belangrijker dan winnen' kan iedereen dus nog inschrijven op www.dagenzondervlees.be. Dit jaar krijgt elke deelnemer zelfs een gratis maaltijd bij het vegetarische restaurant Greenway cadeau!

SMULLEN MAAR

Op de websites hieronder vind je een heleboel vegetarische recepten voor jong en oud. Ik heb er zelf enkele gerechtjes van getest en die waren heel lekker. Hieronder al een receptje om mee te starten:

Recept voor een vegetarische ovenschotel
Ingrediënten (voor 4 personen)

- 250 gram vegetarisch gehakt
- 2 eieren
- Een beetje paneermeel
- 750 gram puree aardappelen
- Een flinke scheut melk (35cl)
- 2 stammen broccoli van gemiddelde grootte (of een andere seizoensgroente)
- 100 gram gemalen kaas

1. Schil de aardappelen. Kook ze tot ze gaar zijn (tot je er makkelijk doorheen kan prikken met een vork). Pas op dat je je niet verbrandt! Giet de aardappelen vervolgens af.

2. Terwijl je aardappelen koken: Meng het vegetarisch gehakt met de eieren en het paneermeel. Voeg paneermeel toe aan het mengsel tot het niet meer zo vochtig is en strooi het vervolgens op de bodem van je ovenschotel.

3. Stoom je broccoli tot hij gaar is (ook hier opgelet: verbrandingsgevaar)

4. Puree maken: Plet de aardappelen en roer er de melk onder.

5. Leg een dikke laag puree bovenop het gehakt in de ovenschotel.

6. Leg op de puree de broccoli

7. Bestrooi met wat gemalen kaas en steek het geheel 30 min in een voorverwarmde oven op 180 graden.



foto: Eva Sorgeloos

MEER RECEPTEN:

<http://www.kids-n-fun.nl/Recepten/Vegetarische-gerechten>

www.evavzw.be/recepten

www.dagenzondervlees.be/recepten/

Voor groenten heb je minder energie nodig dan voor vlees. Dit komt doordat de dieren zelf ook energie verbruiken.

Je kan een veld graan oogsten, de oogst aan een koe geven en dan een gezin voeden met het vlees van die koe. Of je kan een veld graan oogsten en dan een heel dorp mensen eten geven met de graanoogst. Simpel, toch?



ZELF TANDPASTA MAKEN

Zit je zonder tandpasta en heb je geen zin om met je mama of papa helemaal naar de winkel te gaan? Maak dan gewoon zelf je eigen kei coole tandenpasta! Al een tijdje was ik op zoek naar een recept om zelf tandpasta te maken, niet alleen omdat het leuk is om het te maken, maar ook omdat het handig is.



door Perniele Cottele





Het recept dat ik gebruik is zonder fluoride, omdat dat eigenlijk niet zo goed is voor onze tanden. In fluoride zit ook een stof die heel erg ongezond is. Daarnaast gebruikte ik kokos. Dat smaakt heel goed en werkt ook genezend. Het is ook belangrijk om zout te gebruiken.

Ik heb zelf al veel genoten van mijn kokostandenpasta. Hier is mijn recept, speciaal voor propere, frisse tanden!

- | 2 eetlepels kokosolie
- | 1 eetlepel baksoda (zuiveringszout)
- | 10-15 druppels etherische olie naar keuze
- | 1/2 theelepel (keltisch) zeezout

Eventueel extra:

- 1 of 2 theelepels aloe vera gel en/of
- 1 theelepel plantaardige biologische glycerine (dit maakt de tandpasta wat meer vloeibaar). Beide producten zijn heel goed voor gezond tandvlees.
- 1/2 - 1 theelepel xylitol

Je werkt best met kokosolie die op kamertemperatuur en zacht is. Doe de kokosolie in een glazen kommetje en zet

dit even in een bak met warm water. Hierdoor wordt de kokosolie zacht en kan je makkelijk het zuiveringszout er door mengen. Voeg daarna de etherische olie en eventueel de xylitol toe. Goed blijven roeren totdat je kokosolie dikker is geworden want als je kokosolie te vloeibaar is zakt het zout en zuiveringszout naar de bodem.

Als het mengsel crèmechtig is geworden, doe je het in een schoon glazen potje en laat je het afkoelen.

Om de tandpasta te gebruiken, gebruik je best een lepeltje om wat tandpasta uit de pot halen. Na het poetsen kun je de tandpasta nog even in je mond houden en daarmee gorgelen zodat de stoffen nog even overal komen.

De tandpasta kan je gewoon in de badkamer laten staan, want de kokosolie blijft goed. Spoel wel het spoelwater in de wasbak weg met warm water want kokosolie wordt hard onder de 25 graden.

Bron:

<http://www.aromatherapie-info.com>

KOKEN MET EMPER

WAFELTJES

Julie coolste leiding Emma en Perniele hebben alweer een heerlijk recept in petto waarbij jullie jullie vingers zullen kunnen aflikken. Het is een eenvoudig wafelrecept, want wafels zijn lekker. Koken met ons is altijd een feest, dus willen we jullie graag een beetje van onze zotte feestsfeer meegeven. Ga naar YouTube, typ 'Empers Feesthits', klik op de zotte playlist en dansen maar!



door Emma en Perniele



BENODIGDHEDEN:

- 500 gram zelfrijzende bloem
- 0,5 liter melk
- 6 eieren
- 200 g suiker
- 150 gram vetstof
- 2 pakjes vanillesuiker
(dit geeft extra smaak)

BEREIDING:

- 1** Scheidt het eiwit van de eierdooiers. Klop nu het eiwit stijf.
- 2** Roer de bloem, melk en eierdooiers.
- 3** Laat je boter smelten. Laat je wafelijzer al voorverwarmen.
- 4** Roer nu de gesmolten boter, de suiker, de vanillesuiker en ten slotte het opgeklopte eiwit onder het mengseltje.

Voila! Het beslag is klaar.

**NU ENKEL NOG IN HET WAFELIJZER
GIETEN EN SMULLEN MAAR!**

JNM-WINKEL

De dagen worden stilaan langer, de natuur ontwaakt en we zijn er zeker van dat jullie graag terug wat meer willen buiten spelen. Als je op JNM-tocht gaat, dan kunnen deze spullen zeker van pas komen!

PETZL TIKKINA LED HOOFDLAMP - GROEN/BLAUW LEDENPRIJS € 19,95

Deze handigste én betaalbare hoofdlamp is er nu ook voor onze JNM-leden. Handig als je in het donker beide handen nodig hebt!



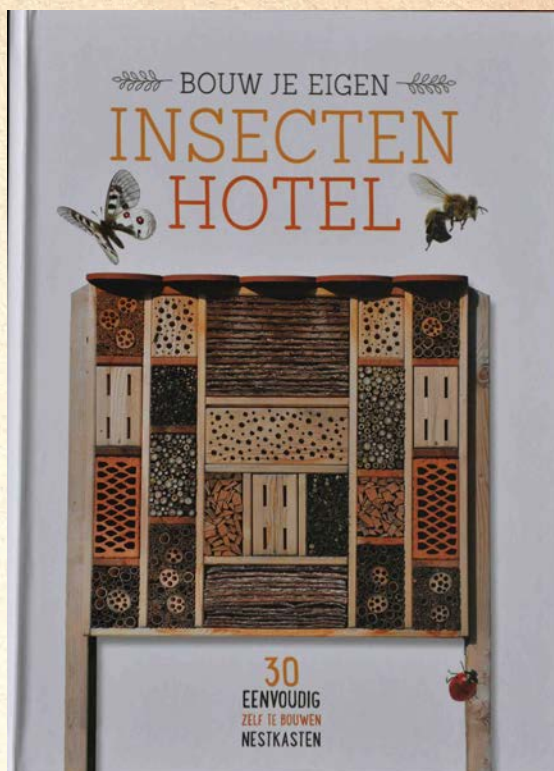
ARCHIBAL DE BOEKENWORM LEDENPRIJS € 5

Archibal hoort voor het eerst dat er bomen nodig zijn om papier te maken en dat de bomen opgeraken! Samen met zijn vriend Nestor gaat de ondernemende boekenworm zelf een kijkje nemen in het bos, want hij wil nog lang niet stoppen met lezen ... Een verhaal voor iedereen die van boeken én van bomen houdt!



BOUW JE EIGEN INSECTENHOTEL **LEDENPRIJS € 10,20**

Alles wat je zelf doet doe je beter!
Dit boekje, met duidelijke stap-voor-stapinstructies, checklists voor materiaal en nauwkeurige afmetingen, zorgt ervoor dat je meteen aan de slag kan gaan. En zo bouw je in no-time een prachtig vijfsterrenhotel voor insecten!



Compact Gids **Tuinvogels**



Vogelbescherming
NEDERLAND



TIRION NATUUR

COMPACT GIDSEN **LEDENPRIJS € 7**

Deze minigidsjes zijn natuurgetrouw geïllustreerd en superhandig voor op tocht of om gewoon thuis te doorbladeren. Ideaal voor piepers die geen grote boeken willen meesleuren maar toch graag vogels, bomen, bloemen, zeedieren ... willen opzoeken.

Deze Compact Gidsen zijn beschikbaar:
Bloemen, Bomen, Dieren rond het huis,
Insecten, Paddenstoelen, Strand en Kust,
Tuinvogels, Vlinders, Vogels

BOUWPAKKET VOOR MEZEN **LEDENPRIJS € 9,60**

Timmer zelf of samen met je ouders een nestkastje ... Wie weet kan je dit voorjaar wel pimpelmeesjes in de tuin bestuderen! Dit nestkastje wordt geleverd met nagels en bevestigingsmateriaal.



JNM-VERKOOPPUNT

Na een enorme verhuis en drukke maanden achter schermen zijn we helemaal klaar voor een nieuw avontuur samen met de mensen van Oxfam Wereldwinkels! Wil je ons eens bezoeken? Ons verkooppunt vind je terug in de Oxfam Wereldwinkel Gent-Centrum, **(Lammersstraat 16 in Gent)** en is open van **maandag tot zaterdag telkens van 10u tot 18u30**.

Alle JNM-producten zijn er verkrijgbaar en op **woensdag en zaterdagmiddag** is er steeds iemand om jullie een handje te helpen bij het zoeken naar jullie felbegeerde gidsen en andere JNM-spullen.

Uiteraard kan je 24/7 alle producten bestellen op www.jnm.be/winkel. Als je online een bestelling plaatst, kan je deze laten thuisleveren of ophalen in het JNM-verkooppunt.

WWW.JNM.BE/WINKEL

PIEPVERANTWOORDELIJKEN

Akerland	Mara Van Osselaer	0487/906636	maravano@live.be
Akerland	Thomas Nouws	0476/512196	thomas.nouws@gmail.com
Antwerpen	Lotte Gielis	0471/023260	lottegielis@gmail.com
Bovenschede	Anna Verhoeven	0472/403126	annaverhoeven1995@gmail.com
Brugge	Robin Van Den Broeck	0484/754552	vandenbroeck.robin@gmail.com
Brugge	Mumtaaz Viaene	0493/199303	mumtaaz@telenet.be
Durmeland	Milena Van Driessche	0478/839535	milena.vandriessche@gmail.com
Durmeland	Floris Van Laere	0499/487370	floris.vandriessche@gmail.com
Durmeland	Anna Coppieters	0474/341483	anna.coppieters@gmail.com
Eeklo	Roeland Develter	0474/309279	roel_d_@hotmail.com
Fruitsreek	Andries Habex	0475/246928	honingraadje@gmail.com
Gent	Frederick Schelstraete	0498/601551	frederick-jnm@outlook.com
Gent	Basile Leroy	0479969490	basile.leroy.jnm@hotmail.com
Gent	Babette Oosterlynck	0475 6742 55	oosterlynckbabette@gmail.com
Hageland-Zuiderkempen	Floriaan D'hulster	0489/412507	floriaandhulster@gmail.com
Kortrijk	Sara Van Beneden	0478/570342	saravanbeneden@gmail.com
Land Van Aalst	Cheyenne Guldemont	0486/538036	guldemont.cheyenne@gmail.com
Land Van Aalst	Tomas De Backer	0471/443069	tomasdebacker@hotmail.com
Leievallei	Klara Bolckmans	0479/027440	klara.bolckmans@gmail.com
Leuven	Wies Nelissen	0471/181884	wies.nelissen@skynet.be
Markvallei	Daan Cools	0479/919485	
Mechelen	Emma Scheerlinck	0484/570157	emma.scheerlinck@telenet.be
Midden-Limburg	Evelien Froyen	0487/60 89 24	klein-maar-dapper@hotmail.com
Middenkust	Jeroen Demaeght	0499/99 89 68	demaeghtjeroen@hotmail.be
Moervallei	Balder Deliaert	09/2293008	balder_d@hotmail.com
Neteland	Floris Sanczuk	01/4881271	florissanczuk@hotmail.com
Ninove-Geraardsbergen	Gert De Keersmaeker	05/4415592	gertdekeersmaeker@gmail.com
Noordwest-Brabant	Linde Verlooy	0499/722026	lindeverlooy@telenet.be
Pajottenland	Lore Bonte	0494/809808	lore_bonte@hotmail.com
Pallietierland	Kato Van Bostraeten	0497777674	katovanb@hotmail.com
Poekebeek	William Hautekiet	0470/05 64 51	william.hautekiet@jnm.be
Roeselare	Robbe Cool	0471/204492	robbecool10@hotmail.com
Roeselare	Sam Durnez	0494/414811	sam.durnez@hotmail.com
Scheldeland	Anna Verhoeven	0472/403126	annaverhoeven1995@gmail.com
's Heerenbosch	Joke Lasuy	0489/401077	jokelasuy@hotmail.com
Taxandria	Kirsten Janssens	0477/524159	k-janssens@hotmail.com
Vlaamse Ardennen	Joke Van der Heyden	0476381209	vdheyden.joke@gmail.com
West-Limburg	Eli Bijmens	0478/529370	elibijmens@hotmail.com
Westland	Sarah Parmentier	0491/361545	sarah_parmentier@hotmail.com
Zandland	Jan Kempes	0485/003688	jan@annetanne.be
Zottegem	Seppe Ghijs	0485/071796	seppoghijs@hotmail.com
Zuid-Limburg	Riene Bijmens	0474/104777	rienebijmens@hotmail.com
Zuidwest-Brabant	Louise De Cort	0477/62 99 60	louisedecort@hotmail.com



**MET UITNEEMBARE
KAMPENBROCHURE**

