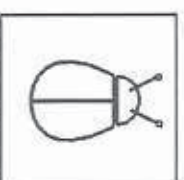
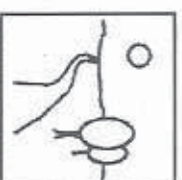
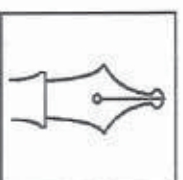
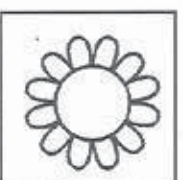
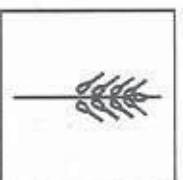


België - Belgique
P.B.
3960 BREE
12/2573



erica

driemaandijks contactblad
van de werkgroep
limburgse natuurgidsen v.z.w



Janssens Jos

Djef Antenstraat 59

3500 Hasselt

juni 1999

dit is nummer 2
van de 27ste
jaargang

verantwoordelijke uitgever:

T. Dreesen
Neeroeterenstraat 53
3680 Opoeteren

kantoor van afgifte
Bree 01

ERICA

27 ste jaargang nr 2
Zomernummer 1999
van de Werkgroep
Limburgse Natuurgidsen VZW
Lid van Natuurbeschermingsactie
Limburg (NAL)



Voorzitter: Leo Thomassen

Velmerlaan 12
Velm St.-Truiden
Tel: 011/688811

Secretaris: Jos Janssen

Djef Antenstraat 59
3500 Hasselt
Tel: 011/27 06 73

CVN-Limburg: Els Bijmens

Groene Huis Bokrijk
tel: 011/265482

Tijdschrift Erica

Samenstelling:

Theo Dreesen
Neeroeterenstraat 53
3680 Opoeteren
Tel: 089/86 43 54
E-mail: Theo.Dreesen@village.uu.net.be

Ledenadministratie :

Cécile Ulenaers
Steenweg op Linde 66
3990 Peer
Tel: 011/79 13 84

Abonnementen:

200 fr te storten op
235-0010248-75
v/d Limburgse Natuurgidsen

Vooraf

Als je deze Erica in handen krijgt, zijn wij begonnen aan de laatste zomer van dit millennium. Het natuurbewustzijn in de twintigste eeuw is nog maar enkele tientallen jaren oud, veel te jong eigenlijk om er een balans van op te maken, zeer belangrijk nochtans, want het was de hoogste tijd dat er iets aan gedaan werd.

Bij de verkiezingen van 13 juni ll. hadden alle partijen wel een artikel in hun programma dat verwees naar de zorg voor de natuur en het milieu. De provincie lanceerde haar milieubeleidsplan 1999-2003, en het is haar bedoeling om tot concrete acties over te gaan. Dit plan kwam mede tot stand dank zij de inbreng van velen die begaan zijn met mens, natuur en milieu, en ik verwijs dan graag naar de medewerkers van het Provinciaal Natuurcentrum en naar de verschillende natuurverenigingen.

Ook de Werkgroep Limburgse Natuurgidsen heeft zich geëngageerd om enkele actiepunten uit dit programma te verwezenlijken. Vermits wij ons in het bijzonder toeleggen op de ontwikkeling van het natuur- en milieubesef, hebben de gekozen acties voornamelijk betrekking op de vorming van de huidige en toekomstige medewerkers aan de NME (Natuur- en Milieueducatie) centra. Wij gaan ervan uit, en dat is niet nieuw, dat ongekend ook onbenind is. Vandaar dat, om een plan te doen slagen voor de natuurgidsen een belangrijke rol weggelegd is en dat dus de vorming van het publiek een noodzaak is.

De werkgroep zal in de toekomst ook trachten meer contacten te onderhouden met de natuurgidsen. Op de algemene vergadering van 12 mei werd het bestuur van de werkgroep bevestigd, maar vooral werd voorgesteld om de Algemene Vergadering te verruimen. In deze verruimde Algemene Vergadering kunnen natuurgidsen uit diverse verenigingen, centra en instellingen een inbreng hebben met als bedoeling meer mensen te bereiken en te vormen naar het vooropgestelde natuur- en milieubewustzijn.

Op dit ogenblik loopt nog een cursus natuurgids in Bokrijk met 25 deelnemers die, laat ons hopen, in december allemaal zullen slagen. Verder zijn nog gepland, een "Voercursus", twee cursussen natuurgids in oktober. Alleen hopen wij nog enkele cursussen Natuur-In-Zicht te kunnen organiseren in het najaar.

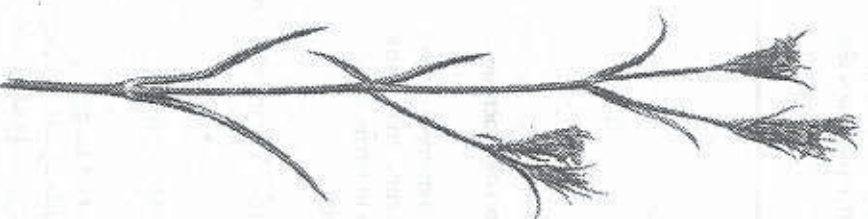
Wij zijn nog niet zo ver, want nu gaat het nog eerst zomer worden, en daarom aan ieder een fijne zomer en een aangenaam vertof.

Leo

Cursus 18

Planten op een mijnterril

Planten
donderdag
1 juli
18u30
H. Hartcollege
Heusden



Ruige anjer

Terrils zijn de stille getuigen van de vroegere intense mijnbouwactiviteit. De vele tientallen meters hoge heuvels die plots opdukken uit het voor de rest zeer vlakke landschap van de Limburgse Kempen. Van op afstand gezien lijken het saai monotone zwarte heuvels. Wie echter de gelegenheid krijgt om deze bergen steenkoolafval van dichtbij te bestuderen, wordt aangenaam verrast door de zeer hoge diversiteit aan planten en dieren die de terrils beetje bij beetje veroveren.

De 'bodem' van de terrils bestaat uit een opeenhoping van schiefergesteente (schisten), kalkrijke rotfragmenten en steenkoolafval. Het niet stenige gedeelte van de bodem bestaat uit fijn verweringsmateriaal met een textuur van lichte klei tot zware zandkleem. De zuurtegraad van de substraten is door het voorkomen van relatief hoge kalkgehalten in het uitgangsmateriaal overwegend basisch tot neutraal.

De artificiële landschappen van de terrils herbergen zeer speciale milieus, wat tot uitdrukking komt in het voorkomen van zeer typische planten- en diereigenschappen. Enkele bepalende factoren die het specifieke van een mijnterril bepalen: zeer laag fosforgehalte, hoog stikstof-, magnesium- en natriumgehalte, zeer hoog zoutgehalte (vooral calcium- en magnesiumsulfaat), een weinig stabiel substraat dat regelmatig verzakt en met sterke erosie, een grote droogte en felle opwarming aan de zonkant en een langzame verzuring door de aanwezigheid van ijzersulfiet dat zich door oxidatie omzet in ijzersulfaat en zwavelzuur.

Al deze factoren creëren zeer uiteenlopende milieumstandigheden wat een grote variëteit aan planten meebrengt. Samen met de streekeigen soorten komen op de mijnterrils een aantal adventieven voor, waarvan de aanwezigheid rechtstreeks samenhangt met de voor de streek 'abnormale' milieumstandigheden. Enkele 'abnormale' namen: loogkruid, zulte, stomp kweldergras, rode, zeegroene en liggende ganzenvoet, donderkruid, kraansalie, ruige anjer,

De lijst is nog zeer lang.

Het loont dus zeer de moeite om deze terreinen van dichtbij te gaan bekijken. We doen dat op **donderdagavond 1 juli (opgelet, op de kalender stond 24 juni !!!)** onder zeer deskundige leiding: Bert Berten en Luc Vanoppen.

Samenkomst: 18u30 H. Hartcollege, Minderbroederstraat, 11 te Heusden-Zolder.

Bron:
LIKONA,
jaarboek '94

Cursus 19

Determinatie Waterplanten

Vijvers

zondag

29 aug. 9 uur

Parking

Heidestrand

Zonhoven

Natuurlijke vijvers zijn levensgemeenschappen met een eigen specifieke flora en fauna. De vijver is heel wat meer dan een plas water. De oevers, de verlandingszone, het ondiepe en het diepe water behoren allen tot dit biotoop en hebben hun eigen specifieke planten.

Op deze laatste zondag van de vakantie wordt er een studievoormiddag aan gewijd. Gids is Lily Gora van de plantenwerkgroep.

Samenkomst aan de parking van het Heidestrand te Zonhoven om 9 uur.
Einde rond 12 uur.

Meebrengen: plantengids, loep, laarzen

Cursus 20

Paddestoelen

Volgende activiteiten zijn gepland in deze zomerperiode:

donderdag 26 augustus: determinatieavond in het Groene Huis van 19u30 tot 22u30

donderdag 16 september: idem

zondag 19 september: dagexcursie in de Teut te Zonhoven. Samenkomst te 9u00 en 13u30 aan de Holsteehoeve aan de Holsteeuweg te Zonhoven. Gids is Luc Lenaerts.

LIKONA werkgroep "VISSEN"

Demonstratie elektrisch vissen

Dit is een unieke gelegenheid !

Inheemse vissen zijn voor de meesten onder ons grote onbekenden. De werkgroep van Likona die zich hiertoe bezig houdt is een klein clubje enthousiastelingen. Dit is wel even anders in de vogel- en plantenwerkgroep waar men kan rekenen op een grote schare liefhebbers.

Onze inheemse vissen hebben het moeilijk. Ze zijn niet zo populair en ze leven nogal verborgen. Ze werden en worden nog in hun bestaan bedreigd door de pollutie van de oppervlaktewaters, maar ook door ondoordachte ingrepen van de mens die bijvoorbeeld andere vreemde vissoorten in onze binnenwateren uitzet, waardoor de streekgeen soorten verdrongen en bedreigd worden.

De Likona werkgroep wil die cirkel onbekend = onbemand doorbreken en geeft iedereen de kans om op spectaculaire manier kennis te maken met ons visbestand.

In samenwerking met het Instituut voor Bosbouw en Wildbeheer (I.B.W.) en met Bos en Groen, geven zij een demonstratie van **elektrisch vissen** en het **determineren** van onze **inheemse vissoorten**.

Deze demonstratie gaat door op **zaterdag 3 juli van 14 tot 17 uur** aan de **Collecteur in Lozen**

Boholt. Deze licht op 100 m van de Zuid-Williamsvaart, in de omgeving van de ophaalbrug en het begin van de Hamonterweg. De apparatuur voor het elektrisch vissen is voor de gewone mens verboden, maar wordt gebruikt door het I.B.W. o.a. voor controle van de waterkwaliteit.

Samenkomst: op de parking van café "De Bridge", op de hoek van de Hamonterweg.

Soorten die men kan verwachten zijn: paling, blakvoorn, rietvoorn, grondel, baars, zonnebaars, katvis, snoek en misschien kapvoorn. Bij zulke demonstraties komt men vaak voor verrassingen te staan.

Voor alle inlichtingen kan men terecht bij: Riggo Ceelen, Nieuwe Markt 27, te 3900 Overpelt. Tel: 011/803963.

Cursusaanbod

Naast de gewone vormingsactiviteiten worden er door de werkgroep, samen met het CVN, nog cursussen ingericht, die over een langere periode lopen. Dit zijn in de eerste plaats de gewone cursussen natuurgids. Op dit ogenblik loopt er een cursus ten einde in Herk-de-Stad, en is deze in Bokrijk halfweg. Voor het najaar is er een gepland in Stokkem en een in Bokrijk, voor het volgende voorjaar de normale zaterdag-cursus voor Bokrijk.

Verder is er nog een vakantiecursus gepland.

Cursus NATUURGIDS

De cursus natuurgids leert de cursist de natuur herkennen, begrijpen en vertalen. Men moet wel minstens 17 jaar oud zijn en enige voorkennis van natuur en milieu is wenselijk. De cursus telt 30 bijeenkomsten (waarvan ongeveer de helft excursies en de helft lessen). Na deze cursus heeft men voldoende algemene natuurkennis en vaardigheden om alleen of met een groep de natuur in te trekken. Wie een opdracht volbrengt kan bovendien het attest 'natuurgids' behalen. Het cursusgeld bedraagt 5.900,-BEF.

Cursus natuurgids Bokrijk 1

Plaats : Bokrijk (Het Groene Huis)

Tijdstip : van oktober '99 tot eind juni 2000 (lessen en excursies op donderdagvoormiddag)

Inlichtingen : Werkgroep Limburgse Natuurgidsen (Hugo Vanderlinden 013/52.14.54, Els Bijmens, Het Groene Huis, 011/26.54.82)

Cursus natuurgids Maaskant

Plaats : Dilsen-Stokkem (Centrum De Wissen)

Tijdstip : van oktober '99 tot eind juni 2000 (lessen op donderdagavond en excursies op zaterdagvoormiddag)

Inlichtingen : Werkgroep Limburgse Natuurgidsen (Hugo Vanderlinden 013/52.14.54, Els Bijmens, Het Groene Huis, 011/26.54.82) en het centrum De Wissen (Albert Steuvelings, Jos Steyvers) 089/75.21.71)

Cursus natuurgids Bokrijk 2

Plaats : Bokrijk (Het Groene Huis)

Tijdstip : van februari 2000 tot eind november 2000 (lessen en excursies op zaterdagvoormiddag)

Inlichtingen : Werkgroep Limburgse Natuurgidsen (Hugo Vanderlinden 013/52.14.54, Els Bijmens, Het Groene Huis, 011/26.54.82)

Vakantiecursus De Voerstreek

Deze vakantiecursus wil inzicht bieden in de structuur en samenhang van dit uniek Voerlandschap en in de relaties tussen plant, dier en mens.

Via landschapswandelingen, botanische wandelingen en een fietstrocht worden de 6 Voerdorpen, het Geul- en Gerendal, de St. Pietersberg, ... bezocht.

Kostprijs : 2.300,-BEF (overnachting en maaltijden niet inbegrepen)

Periode : van maandag 2 tot en met vrijdag 6 augustus '99

Inlichtingen : CVN (Els Bijmens, Het Groene Huis, 011/26.54.82)



Lijst natuurgidsen 1998

Wegens plaatsgebrek kon de lijst van nieuw-gediplomeerden in '98 niet in het lentenummer verschijnen. Maar deze keer krijgen ze de plaats waar ze recht op hebben.

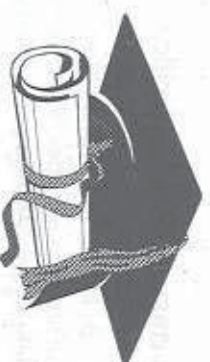
Zoals elk jaar was het begin december weer een drukke bedoening in het bovenzaaltje van het kasteeltje in Bokrijk. Niet minder dan drie cursussen kregen er hun eindzitting waarbij in totaal 58 gidsen gediplomeerd werden.

De glunderende nieuwbakken gidsen luisterden naar de gebruikelijke toespraken met veel lof en goede raadgevingen. We onthielden van Guido Vansteenbergen dat volgend jaar in Vlaanderen de 6000^{ste} gids zal gediplomeerd worden. Voorwaar een prestatie in minder dan 30 jaren ! Van deputé Frieda Brepoels noteerden we de rake opmerking dat 'natuurgids' niet iets is dat je plots wordt, maar

dat dit iets is dat je in een permanent groeiproces wordt.

Na de overhandiging van de nodige papieren en toebehoren werd de zitting afgesloten met een uistekende receptie (door de provincie betaald).

De lijst van de nieuw gidsen volgt hierna. Voor de milieuverenigingen die dringend op zoek zijn naar medewerkers is hierin misschien wel iets te vinden.



Cursus Zuid-Limburg

98/01 Appermont Alex	Langheidestraat 33	3740	Bilzen	089/415710
98/02 Boeykens Ronny	Helstraat 39	3590	Diepenbeek	
98/03 Boosten Ludo	Hasseltsesteenweg 99	3722	Kortessem	011/375117
98/04 Carolus Stefan	Brikkhof 31	3840	Borgloon	012/744731
98/05 Cloes Veronique	Heurstraat 104	3700	Tongeren	012/230827
98/06 Dhaeze Jan	B. Coenegrachtslaan 4	3770	Vlijtingen	012/457831
98/07 Everaers Ghislaine	Wildbroeksstraat 14	3700	Tongeren	012/235360
98/08 Houben Josianne	Mersenhovenstraat 36	3720	Kortessem	012/377081
98/09 Kevers Danielle	Duraslaan 45	3803	St.-Truiden	011/689180
98/10 Lacroix René	Velmerlaan 208	3806	St.-Truiden	011/686239
98/11 Moors Britte	Riemsterweg 276 bus 1	3740	Bilzen	089/416107
98/12 Moureau Michel	Rue de l'Eglise 2	4190	Xhoris	018/064991
98/13 Geukens-Picard Hilde	Hasseltsesteenweg 440	3800	St.-Truiden	
98/14 Riskin Jo	Sint-Servaasstraat 9	3700	Tongeren	012/234212
98/15 Ruysevelt Frank	Wijngaardstraat 36	3870	Heers	011/481477
98/16 Schoefs Marcel	De Locht 28 bus 4	3700	Tongeren	012/390216
98/17 Schreurs Roger	Jessenstraat 56	3840	Borgloon	012/745373
98/18 Vanacken Godelieve	Kerkstraat 37	3850	Nieuwerkerken	011/689038
98/19 Vanderplancke Chantal	Steenstraat 8	3580	Beringen	011/453523
98/20 Vanstraelen Omer	Kerkstraat 37	3850	Nieuwerkerken	011/689038
98/21 Weemans Monique	Hasselbroekstraat 201	3890	Jeuk	011/484699

Cursus Noord-Limburg

98/22 Bex Joris	Molensteenstraat 16	3930	Hamont-Achel	011/443601
98/23 Bogaerts Elise	Maststraat 20	3910	Neerpelt	011/648048
98/24 Ceuppens William	Stokerijstraat 10	3920	Lommel	011/553151
98/25 Dalemans Roger	Kolleberglaan 59	3930	Achel	011/647929
98/26 Dirckx Luc	Winnerstraat 40	3900	Overpelt	011/640186
98/27 Cornelissen - Jorissen Els	Blaasstraat 22 bus 2	3900	Overpelt	011/661197
98/28 Kums Franpois	Bettebos 26	3910	Neerpelt	011/647863
98/29 Lommelen Els	Blaasstraat 14	3900	Overpelt	011/801359
98/30 Looten Bert	Tikbroeken 6	3910	Neerpelt	011/645528
98/31 Maris Rik	H. Van der Goesdreef 1	3920	Lommel	011/540870
98/32 Melgers Josiane	Vennestraat 32	3960	Bree	089/465183
98/33 Palmans Ghis	Volmolenstraat 1	3910	Neerpelt	011/648274
98/34 Reynders Ine	Winnerstraat 68	3941	Eksel	011/735920
98/35 Smeets Albert	Hazenstraat 23	3910	Neerpelt	011/662475
98/36 Teuwens Godelieve	Heuvelstraat 9	3900	Overpelt	011/648561
98/37 Van der Grinten Paul	Rummenstraat 27	NL-5575	Luyksgestel	0497-542216
98/38 Versmissen Marcel	Gerstraat 48	3930	Hamont Achel	011/448161
98/39 Veyfeyken Johan	Hobostraat 2	3900	Overpelt	011/641085
98/40 Voortmans Jean	Eind 57	3930	Hamont Achel	011/664061

Cursus Bokrijk

98/41 Bex Marcel	Dijkstraat 22	3630	Maasmechelen	089/767257
98/42 Claesen Josiane	Bovenstraat 24	3740	Bilzen	012/454122
98/43 Droushoudt Karen	Weetersteenweg 106	3680	Maaseik	089/566051
98/44 Geurden Ingrid	Heidriesstraat 92	3600	Genk	089/381139
98/45 Heyen Theo	Schoorstraat 103	3631	Uikhoven	089/716622
98/46 Huybrechts Eddy	Kraaienstraat 8	3582	Beringen	011/432813
98/47 Meylaerts Johan	Wetrandstraat 87	3600	Genk	089/303750
98/48 Meylaerts Patrick	Groenstraat 23	3665	As	089/658759
98/49 Plessers Philippe	Weg naar Ellikom 100	3676	Meeuwen	011/791902
98/50 Resselier Frank	Jozef Smeetslaan 264	3630	Maasmechelen	089/766296
98/51 Rutten Immig	Wiekstraat 164	3600	Genk	089/359195
98/52 Rutten Ingrid	Dorpstraat 5	3640	Kinrooi	089/564921
98/53 Segers Anniek	Henrylaan 30	3650	Dilsen-Stokkem	089/755735
98/54 Snellinx Magy	Oude Tongerestraat 6	3740	Bilzen	089/415726
98/55 Theys René	Lommelsesteenweg 338	3970	Leopoldsburg	
98/56 Thijs Kris	Postweg 8 Bus 4	3660	Opglabbeek	011/536940
98/57 Wageneers Nadia	Kleine Venstraat 49	3550	Heusden Zolder	011/537606
98/58 Zutterman Marc	Vlierstraat 23	3511	Hasselt	011/252607

Teken en de ziekte van Lyme. Een gezondheidsrisico voor natuurwandelaars?

Dr. Paul De Cort

Deel 2

Te onthouden uit deel 1:

Een teek, meestal de schapenteek of *Ixodes ricinus*, zuigt zich gedurende een ongeveer een week vol met bloed van zijn gastheer (mens of ander zoogdier). Meestal blijft dit zonder gevolgen voor de gastheer, behalve als de teek besmet is met *borrelia*. In dit geval kan zich bij de mens de Lyme-ziekte ontwikkelen., waarvan de eerste tekenen vrijwel altijd binnen de drie maanden zichtbaar worden: het EMG, het *Erythema migrans chronica*. Dit is een rode plek ter hoogte van de initiële tekenbeet, die geleidelijk groter wordt en centraal verbleekt. Dit is de acute fase. Niet bij alle patiënten gaat deze fase over in de intermediaire of chronische fase.

Besmettingskansen

Dat de Lyme-ziekte ook bij ons niet onbelangrijk is, illustreert een recent onderzoek bij boswachters en werknemers in de negen houtvesterijen van Vlaanderen. Gemiddeld kregen deze werknemers 10,9 tekenbeten per jaar, waarvan een kwart beweerde vaker gebeten te worden. In Vlaams-Brabant en in de houtvesterij van Bree in Limburg, werden het hoogst aantal tekenbeten gemeld. Van de onderzochte werknemers (n=261) bleken 8,5% seropositief voor *Borrelia b.* en 12,6% hiervan beweerden ooit ECM gehad te hebben. In Oost- en West-Vlaanderen was er niemand seropositief.

De kans op het krijgen van ECM na een tekenbeet hangt af van de kans dat de teek besmet is met *B. burgdorferi* en de kans dat een besmette teek de ziekte doorgeeft na een beet. In Nederland is 14,3% van de volwassen teken besmet en slechts 2,4% van de nymfen. In het onderzoek van Shapiro werd voor nymfe en volwassen teken (*Ixodes dammini*) een besmettingsgraad van 15% gevonden.

De kans dat een besmette teek de infectie overdraagt op de gastheer wordt verkleind door het zo snel mogelijk - binnen de 24 uur - verwijderen van de teek. In een Duits onderzoek bedroeg de besmettingskans na een tekenbeet 2,4%, bij Shapiro 1,2% en in een onderzoek van Costello bedroeg de kans 3,5%. De uiteindelijke kans op de ziekte van Lyme na een tekenbeet, waarbij het niet bekend is of de teek besmet is met *B. burgdorferi*, kan worden berekend: voor een volwassen teek in Nederland 14,3M (=de kans op het besmet zijn van de teek) x 2,4% (=de kans op het krijgen van *erythema migrans* na een beet van een besmette teek) = 0,3%. Dit wil dus zeggen dat op 1000 tekenbeten er zes besmettingen kunnen verwacht worden. Voor een nymfe is de kans nog kleiner, namelijk 0,06%. Beide kansen zijn zo gering dat profylactische toediening van antibiotica niet verantwoord is.

De diagnose

Omdat rechtstreekse kweek van *Borrelia* uit een besmette wonde omslachtig is, wordt meestal een serologische bepaling op bloedserum aangevraagd, maar overal ter wereld tobt men over de

overeenkomen met de typische symptomen van de ziekte, want vals-positieve labo-uitslagen zijn niet zeldzaam. Zoals dikwijls in de geneeskunde, wordt dus ook hier de diagnose vooral gesteld door middel van ondervraging en onderzoek van de patiënt, niet louter op technische biochemiegegevens. Immuniteit tegen *B. burgdorferi* blijkt niet te bestaan.

Voorkomen en aanpakken van teken

Blijf zoveel mogelijk op de paden: door gebrek aan laagbegroeiing zal daar de besmettings-kans veel lager zijn. Wanneer men een gebied betreedt waar teken actief zijn, is het raadzaam geen open kledij te dragen; het dragen van een lange broek waarvan de broekspijpen in de sokken zijn gestopt, is het verstandigste. Op een licht gekleurde broek worden nymfen en volwassen teken snel opgemerkt. (Eventueel kan een insectenwerend middel, bijvoorbeeld diëthyltolumide, op schoenen, sokken en broekspijpen of op de huid worden aangebracht.)

Heeft men een tekenbeet opgelopen, dan dient de teek zo snel mogelijk - binnen de 24 uur - verwijderd te worden, omdat de besmettingskans met *Borrelia* tot een minimum zou beperkt blijven. Pfister beschrijft de techniek voor het verwijderen van de teek:

- * verwijderen met een pincet met een smalle bek, de kop, niet het lijfje wordt vastgepakt;
- * al of niet met een draaiende beweging wordt de teek verwijderd, zonder dat het tekenlijfje wordt samengeknepen;
- * geen voorafgaande 'verdooving' met ether e.d.: de teek zou als ultieme verdedigingsreactie in extremis een gevoelheid besmet materiaal kunnen injecteren;
- * het wondje wordt ontsmet.

Noteer de datum van de beet en deel deze mede aan uw huisarts wanneer er bepaalde symptomen van de Lymeziekte zouden optreden. Het profylactisch toedienen van antibiotica na een tekenbeet om de ziekte van Lyme te voorkomen is niet zinvol, omdat de kans op infectie veel te klein is. Daarenboven wordt hierdoor de antistofproductie belemmerd, en dus de mogelijkheid van serologische diagnose, onmogelijk gemaakt. De patiënt moet zijn huisarts opzoeken, als na een tekenbeet zich het *erythema migrans* of andere ziektesymptomen ontwikkelen.

Behandeling van de ziekte

In geval van de typische symptomen van de ziekte is een aangepaste 14-daagse antibiotica-kuur volledig genezend. Wanneer de huisarts de diagnose stelt, zal hij onmiddellijk overgaan tot deze behandeling.

Een *Lyme arthritis* of een andere complicatie vereist meer ingrijpende maatregelen en een specialistische behandeling.

Programma Cursus Natuurgids te Bokrijk

26 juni	Excursie Hoge Venen en Schwalminvallei. Werken met kaart en kompas
4 sept	Bos en heide (Roger Schoeben)
11 sept	Excursie : bos en heide in de Maten
18 sept	Dieren (Felix Baeten en Omer Jamaer)
25 sept	Insecten (Felix Baeten)
2 okt	Amfibieën en paddestoelen (André Vandesande)

De Vossenlintworm in Vlaanderen

Uit de CVN-krant (informatie: AMINAL)

Vossen zijn drager van een hele reeks pathologische organismen, waarvan een aantal ook op de mens kunnen worden overgedragen. Een daarvan is de Vossenlintworm (*Echinococcus multilocularis*). Dit is een kleine lintworm die in volwassen toestand in de darm van de vos leeft. Knaagdieren worden als tussengastheer gebruikt voor het larvale stadium. Naast vossen kunnen ook honden en in mindere mate katten besmet worden, door het eten van besmette knaagdieren. Hoewel de mens geen geschikte tussengastheer is, kunnen zich in de lever of in andere organen toch larvale cystes ontwikkelen. Hierdoor kunnen de aangetaste organen niet meer normaal functioneren. De medische behandeling bestaat uit chemotherapie en chirurgie, hoewel ze niet erg succesvol is.

Voorkomen

Lit parasitologisch onderzoek in Vlaanderen bleek dat de Vossenlintworm met zekerheid voorkomt in het zuidwesten van Vlaanderen en in het noorden van de provincie Antwerpen. Naar alle waarschijnlijkheid komt de lintworm ook voor in de meeste regio's van Wallonië.

Voorzorgsmaatregelen

Volgende raadgevingen zijn in acht te nemen:

- ☐ rak geen uitwerpselen van vossen aan;
- ☐ blijf uit de buurt van vossenholen en zorg er ook voor dat honden ervan wegblijven;
- ☐ bij het vinden van een dode vos, nooit het dier aanraken met de blote hand (gebruik wegwerphandschoenen);
- ☐ eet geen ongewassen bosvruchten die zich op minder dan 70 cm van de grond bevinden;
- ☐ spoel rauwe groenten af voor het eten;
- ☐ ontworm honden die vaak in de vrije natuur vertoeven om de drie maanden.



CVN Werkgroep Limburgse Natuurgidsen

Bestuur van de Werkgroep

Beutels Marcel	publieke relaties
Dreesen Theo	tijdschrift Erica
Geerts Marie-Josée	cursus natuurgids, speciale taken
Ilsbroux Cyriel	financiën
Janssen Sil	bestuurder
Janssens Jos	secretaris
Libot Rik	bestuurder

Marnette Chris	vormingsactiviteiten
Martens René	bestuurder
Pirotte Guido	publieke relaties
Thomassen leo	voorzitter
Ulenaers Cécile	bestuurder
Vanderlinden Christophe	ondervoorzitter
Vanderlinden Hugo	cursus natuurgids
Vandesande André	cursus natuur-in-zicht



Vorming: korstmossen 1 april - Groene Huis Bokrijk

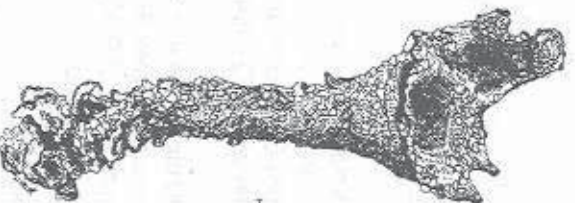
Lesgever: Michel Asperges

Aantal deelnemers: 11

Alhoewel het een van de eerste mooie lenteavonden is, dagen toch 11 personen op voor een avondje Korstmossen.

Met zijn gekend enthousiasme wijdt Michel Asperges ons in, in de wereld van de

mysterieuze korstmossen, die de meeste onder ons alleen kennen uit de ge-droogde kerststukjes, maar er is veel meer.



3cm

Een korstmos is een *geduld parasitisme* (dit hoort Michel liever als 'symbiose') tussen een schimmel en een wier waarbij de overheersende partner, de schimmel, de andere partner, het wier, laat leven. Het wier wordt

Cladonia Diversa Asperges
weliswaar uitgezogen (vetten en suikers) totdat het wier zich niet meer kan voortplanten. Deze samenlevingsvorm kan jaren duren. Zo doet bekerkorstmos er gemakkelijk 25 jaar over om een bekerkje te vormen en de oranje korstmosvlekken op muren groeien ongeveer 3 mm per jaar.

Korstmossen zijn vaak indicatoren voor zuivere lucht, want stikstof en uitlaatgassen zijn voor de meeste dodelijk. Ze stapelen alle luchtvuil op, zo hebben de Scandinavische korstmossen radioactiviteit van Tsjernobil opgestapeld, waardoor tot op vandaag nog problemen opduiken bij de rendieren die uitsluitend leven van korstmossen.

De vermenigvuldiging van korstmossen gebeurt meestal vegetatief door het afstoten van schubben en bolletjes (de kiemkorrels) die opnieuw kunnen uitgroeien.

De soortindeling bij korstmossen gebeurt op hun uitzicht: korstvormende korstmossen, bladkorstmossen, struikkorstmossen en baardkorstmossen.

Alleen korstmossen hebben de mogelijkheid om Lycheenzuren aan te maken, iets wat wieren en schimmels niet kunnen... en er is nog zoveel meer over te vertellen. Vandaar dat Michel reeds heeft toegezegd om in de komende winter een excursie te houden voor ons, natuurgidsen. Dit wordt beslist een aanrader. De datum vindt u later nog in Erica.

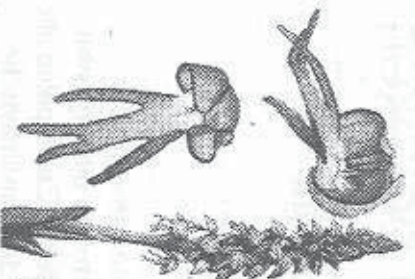
Marleen

Kalkgrasland. Zondag 30 mei 1999

Met ons Gouden Berijde onder de arm trokken we naar Cannes (of mag het ook Kanne zijn ?)

De studie van de kalkgraslanden in Kanne is altijd weer één van de jaarlijkse voorjaarsklassiekers van de Likona

plantenwerkgroep. Alhoewel het zinderend warm was, stonden een dozijn deelnemers, met veelkleurige petten en dito drinkbussen



Poppenorchis
Ophrys anthropophora

klaar voor de dagtocht. De Gidsen Bert Berten en Hugo Vanderlinden waren alvast enthousiast en onvermoeibaar werden de soorten streepzaad, de wikkies, de koekebloemen, de boterbloemen enz. ieder met hun eigen kenmerken weer in herinnering gebracht.

Marleen

Zullen we weer alles onthouden tot het einde van de zomer? Natuurlijk werden ook de flora's weer opgeslaan, zelfs in de brandende zon, want wat staat hier nu weer? Kalketrip of toch iets anders? Dat de kalkgraslanden er op hun best bijlagen getuigt een lijst van meer dan 100 waargenomen plantensoorten en dan nog te denken dat wij wel niet met de Gouden Palm naar huis keerden maar toch tevreden waren met onze aar goud-haver.

De kruidenwerkgroep is gestart !

In de vorige Erica werd de oprichting van een kruidenwerkgroep aangekondigd.

Met fierheid kunnen wij u nu de voorspoedige geboorte van deze werkgroep melden.

Op 15 mei hebben meer dan 20 geïnteresseerden deelgenomen aan de eerste bijeenkomst in het Heempark te Genk, waar onder de kundige leiding van Marcel Martens kennis gemaakt werd met de plaatselijke tuin.

Nadien werden de mogelijkheden, waarin deze werkgroep zich kan ontplooiën, o.l.v. Willy Peumans besproken en hieruit blijkt vooral interesse om:

- praktisch te werken met kruiden (culinair gebruik, het maken van huismiddeltjes, milieuvriendelijke bestrijdingsmiddelen,...)
- meer informatie op te steken over 'op elkaar lijkende' planten
- bezoeken aan kruiden- en heemtuinen
- informatie rond het aanleggen van heem- en kruidentuinen
- uitwisseling van boeken- en tuinenlijsten, planten, zaden, ...

Er zal getracht worden om aan te sluiten bij Likona, waardoor de portkosten door de provincie gedragen kunnen worden en het programma verschijnt in het nageieuwe "Natuur & Milieu"-tijdschrift van de provincie. Tot het zover is, worden de deelnemers persoonlijk op de hoogte gehouden van de activiteiten.

Inspeland op de interessespunten van de groep

werd het volgende programma opgesteld:

- 29 mei 1999: Bezoek aan de Kruidentuin van Domein Boy in Zolder. Vertrek 9u. ingang Cultureel Centrum Genk of 9.30u aan Domein Boy, Galgeneinde 22, 3540 Zolder.
- 12 juni 1999: Bezoek aan de Kruidentuin van Mariette Clijsters in Optter. Vertrek 9u. ingang Cultureel Centrum Genk of 9.30u. aan de tuin, Grensstraat 2, Optter. Inkom: 120,- fr. p.p.
- 27 juni 1999: Plantenstudie (dagtocht) Kalterherberg en Morschau. Vertrek 9u. Station Genk. Stevige waterdichte schoenen of laarzen, pick-nick en een beetje Duits geld meebrengen.

Bij het verschijnen van deze Erica zijn de eerste uitstappen reeds achter de rug, maar heeft u toch interesse om aan te sluiten bij de werkgroep en op de hoogte te blijven van hun activiteiten, aarzel dan niet en geef je naam en adres door aan ondergetekende, de secretaresse van de groep: Marleen Akkermans, Wiemesmeestraat 23/1 3600 Genk - Tel. 089/380667 na 18u of tijdens de kantooruren op 011/288288 of op de fax 011/288255 of als we elkaar tegenkomen op de ene of de nadere natuuraactiviteit.

Groeten,
Marleen
30 mei 1999

Natuurbeleving

Op vrijdag 12 maart jl. woonde ik de workshop "Natuurlijk Gerakt" bij in het NME-centrum van de Botanische Tuin te Kerkrade, Nederland. Annelies Heynen introduceerde er een 30-tal NME-betrokkenen uit Nederlands en Belgisch Limburg tot een zeer interactieve vorm van NME-methodiek. Het werd een zeer interessante oefening in het bepalen en verleggen van grenzen bij het ontwikkelen, inrichten en begeleiden van NME-activiteiten. Zie hier mijn interpretatie van de krachtlijnen van het dagprogramma en een toetsing van de bruikbaarheid in de NME-praktijk.

Natuurhoudingen

Alle mensen zijn in min- of meerdere mate van de natuur vervreemd en zoeken in zekere mate terug aansluiting op het grote geheel. En ieder heeft een eigen natuur-houding, ook al ligt die niet altijd voor de hand. Despoten benaderen de natuur radi-caal als voorwerp, onderworpen aan hun willekeur. Rentmeesters bejegenen de natuur met enig respect o.w.v. de door hen beoogde opbrengsten. Partners zien zichzelf op voet van gelijkheid met hun natuurlijke omgeving. Participanten erkennen dat de natuurlijke processen hen over-stijgen en dragen ertoe bij.

Relativiteit

Wij onderzochten onze basisattitude(s) tijdens een individuele vrije wandeling door het park. Onze wens één te zijn met de natuur bleek in het dagelijkse leven erg betrekkelijk. Al ervaren we soms een intense verbondenheid, een volledige eenwording met de natuur lijkt onbereikbaar, althans binnen onze samenleving. Een-zelfde persoon kan bovendien anders ingesteld zijn naargelang de rol die hij/zij speelt (vb. kantoorbediende vs. vrijwillige natuurbeheerder) of de situatie waarin hij/zij zich bevindt (op vakantie in Spanje vs. overstroming van eigen huis).

Earth Education

De uitgangspunten van de Earth Education (cfr. workshop van Steve de Matre in 1998), werden hernomen. Iedere deel-nemer aan NME heeft concrete verwachtingen m.b.t. een natuuractiviteit. In de eerste plaats kan men zeer

gevoelsmatig in verwondering staan voor de natuur. De wens van lichamelijke en zintuiglijke beleving van de natuur sluiten hier nauw op aan. Pas na voldoende van deze eerste behoeften zal men de soorten en hun onderlinge relaties verstandelijk willen begrijpen, hetzij om nog meer voeling te krijgen of o.w.v. van het intellectuele ge-noegen. Het kunnen inschatten van de graad of mix van gevoels- en/of kennisge-richtheid van een doelgroep en zal de NME-begeleider in staat stellen er op ge-paste wijze op in te spelen.

Inleiving in de doelgroep

Tijdens een volgende individuele park-wandeling werden wij uitgenodigd terug te gaan naar onze eerste natuurbeleving als kind. Immers, kinderen uit stad en rand evenals "achterbankkinderen" (die overal naartoe gebracht worden door hun ouders) kennen de natuur vaak enkel van TV, video en CD-ROMs, of hooguit van een of andere tuin. Als deze kinderen dan eens in een echt bos komen tijdens een NME-activiteit, willen ze de natuur (vb. ruimte, lucht, groen, enz.) en hun relatie ermee verkennen en zich uitleven: rennen, roepen, over beken springen, in bomen klimmen, enz. Bijgevolg is er een lage ont-vankelijkheid voor kennisoverdracht. We speelden een soort rollenspel waarbij we een doelgroep leerden observeren.

Gebindoekt natuurverkennen

Ieder zocht zich een partner uit en maakte zichzelf ermee vertrouwd tijdens een licha-melijke evenwichtsoefening. Vervolgens werd beurtelings de ene gebindoekt terwijl de andere hem door het park leidde. Zo diende men zijn gehoor, tastzin, reuk-zin en smaak maximaal aan te scherpen om ons bewust te worden van de aanwezige "natuurelementen".

Contact met bomen

De meeste mensen zijn het erover eens dat bomen rust en energie uitsralen. Recente theorieën stellen naar verluidt zelfs dat bomen onderling en met dieren bepaalde informatie uitwisselen die behulpzaam is voor aanpassing en over-leving. We zochten elk een boom uit in het park en probeerden er contact mee te maken. Hoe zou deze boom zich hier voelen (vb.

klimaat, bodem, standplaats)? Welke boodschap straalt deze boom uit (vb. ontwikkeling, wonden, vitaliteit, enz.)? In welke relatie staat de boom tot omringende planten en dieren (vb. symbiose, concurrentie, parasitisme, enz.)? Ook werden we uitgenodigd een voorwerp uit het park mee te brengen dat ons persoonlijk aansprak o.w.v. de symboliek ervan.

Zich boom voelen

We werden uitgenodigd een veilig plekje op te zoeken in het park, elk uitgerust met een walkman. Liefst in rechtopstaand luisterden we naar tekst op een bandje. De zachte stem van Annelies, een ge-schoolede therapeute, en meditatieve muziek deden ons geloven dat er wortels uit onze tenen groeiden en zich in de aarde verankerden. Via deze wortels betrokken we water en mineralen uit de bodem om ze langs onze benen en romp via takken en twijgen naar onze bladeren te stuwten... De rest heb ik gemist doordat ik in slaap ben gevallen. Ik was op een bank in het zonnetje gaan zitten: het was toch vrijdag-namiddag en ik had verlof...; daarna had ik wel wat spijt.

Positieve kritiek

Zie hier een summierende beoordeling. Voor-eerst vond ik het opvallend dat haast geén enkele plant werd, de hele dag lang. (De schuingedrukte tekst hierboven werd door mij toegevoegd). Deze gang van zaken schijnt te horen bij echte "Earth Education", maar lijkt mij niet realistisch voor een doorsnee NME-activiteit. Niettemin lijken de aangereikte belevingsmethodes goed combineerbaar met meer cognitieve NME-technieken. Ook frappant was dat wij er als doelgroep actief op uittrokken met concrete opdrachten i.p.v. de begeleider maar te volgen. En i.p.v. vooral (receptief) te moeten luisteren naar andermans uitleg over de natuur, konden we onszelf vanuit onze eigen ervaring (actief, productief) op het natuurgebeuren betrekken en zo een goed gevoel krijgen. Ik voelde me ook meer "speler" dan "pion". Tenslotte werd uitdrukkelijk ruimte en tijd geboden en gelaten voor gevoelsmatige en zintuiglijke beleving.

Dergelijke beleving versterkt m.i. onze verbondenheid met de natuur. Wie overigens innerlijke weerstand ondervond t.a.v. de uitnodigingen tot natuurbeleving, mocht elke oefening onmiddellijk afbreken en het park desgewenst meer cognitief onder de loep nemen. Eén deelnemer vatte haar mening na afloop als volgt sa-men: "Kenniss is macht, beleving geeft kracht". Mij lijkt de grote doelgroep-gerichtheid de belangrijkste verdienste van deze aanpak.

Zwakkere punten

De uitnodigingen tot natuurbeleving waren authentiek. Nochtans stoorde sommigen deelnemers zich aan de opvallende toets van spiritualiteit en de sterk therapeutische invulling van onze relatie tot de natuur. Iemand merkte op dat de deelnemers zelf te zeer centraal stonden en de natuur te weinig. In de NME zelf komt het er op aan de natuur als zodanig en onze relatie tot de natuur te onderzoeken. In de ogen van sommigen was deze dag eerder een bezinning in een mooi natuurkader, met te weinig oog voor de natuur buiten onszelf. Ook riep het beeld van mensen met een walkman in het park weerstand op, o.w.v. de indruk (i.f. vooroordeel) dat luide onnatuurlijke muziek opstaat...

Besluit

Deze workshop was m.i. zeker grensverlegend. Zij doet m.i. evenwel niets af aan het belang NME-deelnemers kwaltitatieve kennis over de natuur aan te reiken. M.i. worden de traditionele methode en inter-actieve natuurbeleving best gecombineerd op maat van het beoogde resultaat voor elke afzonderlijke doelgroep.

Christophe Vanderlinden

Voor meer informatie, telefoneer Annelies Heynen op het nummer van de Botanische Tuin te Kerkrade: 00 31 43 361 1357 (van-uit België).



Onooglijk plantje doet Prozac concurrentie aan Sint-janskruid wint aan populariteit als antidepressivum

Een huis-, tuin- en keukenmiddeltje is goed op weg om klassieke middelen tegen depressie uit de markt te drummen. Sint-janskruid, een geel, onooglijk bloemetje dat ook bij ons in de berm groeit, is in Duitsland de nummer een in de verkoop geworden, nog voor de bekende 'gelukspil' Prozac. Ook in de Verenigde Staten rijst de ster van het middel. Daar gaat binnenkort een grootschalig onderzoek van start, dat moet uitwijzen of depressieve mensen inderdaad bij Sint-janskruid baat vinden.

SINT-JANSKRUID (*Hypericum perforatum* met z'n wetenschappelijke naam) is een plantje uit de hertshooifamilie. Het wordt in de volksgeneeskunde al sinds mensenheugnis tegen depressie gebruikt. In Duitstalig Europa is het ook in de reguliere geneeskunde geen onbekende. Artsen schrijven er Sint-janskruid voor bij depressie, maar ook in geval van angstaanvallen of slaapstoornissen.

In Duitsland, waar artsen de kruidengeneeskunde zeer genegen zijn en plantenextracten bij elke apotheek in het rek staan, gaan elk jaar zo'n drie miljoen voorschriften voor Sint-janskruid over de toonbank.

Drogisterij

De trammelant rond de plant is inmiddels aan het overslaan naar de Verenigde Staten, waar de potjes en zalfjes met *hypericum*-extracten in steeds meer supermarkten en drogisterijen opduiken. Daar wordt het middel gepromoot als *Nature's own Prozac* - maar dan zonder de vervelende neveneffecten van het veel verkochte antidepressivum, als misselijkheid en hoofdpijn.

Wat is ervan aan? Heeft de *hype* rond Sint-janskruid enige wetenschappelijke grondslag? Tot op zekere hoogte is dat het geval. Het *British Medical Journal* publiceerde vorig jaar een (Duitse) analyse van 23 medische onderzoeken, waaruit bleek dat matig depressieve patiënten het beter doen als ze *hypericum* slikken, dan wanneer ze lege foppillen, zogeheten placebo's, toegediend krijgen.

Voorjaarsmoetheid

„Het werkt goed en het is veilig", vindt ook Jo De Mey, Kempenaar en hoogleraar Vasculaire Farmacologie aan de Maastrichtse universiteit. „Seizoensgebonden depressie bijvoorbeeld kun je er goed mee behandelen: voorjaarsmoetheid, het vallen van de bladeren."

De Mey breekt een lans voor meer onderzoek naar traditionele, „oudbollige" geneesmiddelen als het Sint-janskruid. „De industrie ziet daar geen brood in, omdat plantaardige middelen niet gepatenteerd kunnen worden en weinig opbrengen. Dat vind ik een decadente houding."

Volgens De Mey kan de farmaceutische industrie nochtans veel van de natuur leren. „De moderne biomedische onderzoeker is té zeer overtuigd van zijn eigen kunnen. De ervaring leert nochtans dat zijn rationele methoden van geneesmiddelenontwerp maar weinig succesvol zijn."

In de Verenigde Staten staat inmiddels een grote klinische studie op stapel waarin het Sint-janskruid zal worden vergeleken met bekende antidepressiva uit de fabriek. Het onderzoek moet de lacunes opvullen die na

de Duitse studies overbleven. Daarbij waren te weinig patiënten betrokken (een paar dozijn) en de onderzoeken duurden te kort (nooit langer dan acht weken). De Amerikaanse studie gaat drie jaar duren en 15 miljoen frank kosten.

Zon

Tot de resultaten bekend zijn, is voorzichtigheid geboden. Alle medicijnen vertonen bijwerkingen, en Sint-janskruid bevat een hoop stoffen - waarvan er mogelijk maar eenje tegen depressie werkt. De patiënt krijgt de rest ook binnen, met mogelijk schadelijke gevolgen.

Van een van de stoffen uit Sint-janskruid is alvast bekend dat het overgevoeligheid voor zon veroorzaakt. En

93/18 psychiaters maken zich zorgen

ar het zogeheten

9 ert biochemische overdosis

kan ontstaan als Sint-janskruid samen met andere, gelijkwerkende antidepressiva wordt genomen. De symptomen: misselijkheid, spierkrampen en een slepende spraak.

Daar staat tegenover dat de jaren van gebruik in Duitsland nooit ergere neveneffecten dan vermoeidheid en allergische reacties hebben laten zien.

Biochemisch schijnt het Sint-janskruid in de hersenen te werken op dezelfde manier als Prozac en aanverwante stoffen dat doen: door de activiteit van de opwekkende stof

serotonine te verlengen.

Maar hypericum werkt breder dan Prozac. Alvast bij ratten en muizen verlengt het ook de werkingsduur van ten minste twee andere krachtige hersenstoffen die bij depressie een rol spelen: dopamine en noradrenaline.

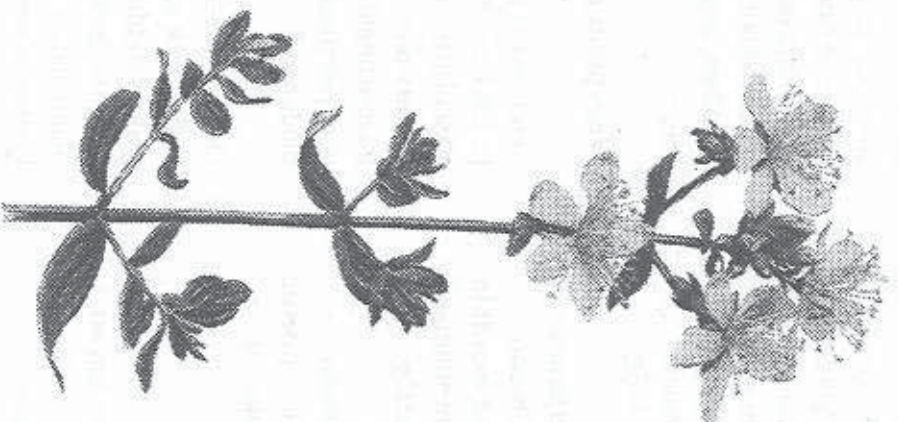
De meeste psychiaters blijven ondertussen nuchter onder de zaak. Zij zien in Sint-janskruid alvast geen wondermiddel, zeker niet in gevallen van

ernstige depressie of bij zelfmoordneigingen.

Maar ook bij milde depressie is het niet hun eerste keuze. „Ik heb het nog wel gebruikt, aan het begin van mijn carrière, toen we niks beters hadden”, zegt Constantijn Jannes, psychiater aan het Gentse universitaire ziekenhuis en dertig jaar in het vak.

„Het had zijn nut als mensen niet al te depressief waren of last hadden van stress of te veel moesten overwerken. Ze werden er wat rustiger van. Maar echt tevreden was ik er niet over.”

Overigens geven nogal wat psychiaters de voorkeur aan psychotherapie boven medicijnen. Therapie is op de lange termijn over het algemeen van groter nut dan het slikken van een pilletje - zelfs als dat pilletje werkt.



Hilde VAN DEN EYNDE

Bron: De Standard 10 november 1997

