

A man with dark curly hair and a beard, wearing a dark jacket, is seen from the side, looking at a mulberry tree with green leaves and small red fruit. The word 'città' is written in large white letters across the top, and 'Natuurlijk' is written in white letters on a purple rectangular background below it.

città

Natuurlijk

A woman with long, wavy brown hair is smiling and looking towards the camera. She is wearing a dark top. The background is slightly blurred, showing some indoor plants.

Tijdens de coronapandemie trokken we massaal de natuur in, en we lijken er sindsdien niet meer uitgekomen te zijn. Uit een grootschalige enquête van de Universiteit Antwerpen bleek dat 95% van de Vlamingen in die periode vaker naar buiten ging. Velen voelden zich er rustiger, fitter en meer in balans door. Die goede gewoonte is gebleven. Volgens cijfers van Natuurpunt nam het aantal vogeltellers in Vlaanderen toe van 36.488 in 2019 tot 49.246 in 2024, en ook het bezoek aan natuurgebieden blijft opvallend hoog. Een leerkracht, een stadsvernieuwer en een jong gezin tonen elk op hun manier hoe natuurverbondenheid haalbaar blijft in onze huidige maatschappij van versnelling, vervreemding, en vernietiging.



“Je kunt wél alles willen”

Generalist Dieter Meeuwis wil een botanische bib op Linkeroever

Hij is filosoof, pedagoog, imker, land- en voedselbosbouwer, muzikant, tuinontwerper en sinds kort ook stedenbouwer. Dieter Meeuwis (52) is een generalist pur sang: alles wat zijn pad kruist, wil hij snappen én kunnen. Uit die veelzijdigheid is Plukgeluk VZW ontstaan, waarmee hij op Linkeroever ‘Lekkeroever’ uitbouwt, een levendig leerlandschap vol bloemen, ideeën en kinderen.



“We willen alle kinderen van het district laten opgroeien met de tuin, vanaf hun drie tot twaalf jaar gebeurt dat via de scholen. Momenteel loopt er een pilootproject met drie van de vijf scholen op Linkeroever. We gaan er de wereld niet mee redden, maar het is wel een globale shift die we langzaam in gang zetten. Zo maken we het verschil.”

“Het systeem waarin wij nu leven, is niet realistisch. Ik snap Extinction Rebellion volledig. Ze hebben simpelweg gelijk. De rest leeft naïef met hun hoofd in een bitcoinparadijs of een Instagramwereldje dat ziek is. We gaan van crisis naar crisis, van permacrisis* naar polycrisis*. Er is maar één uitweg: regeneratie. Anders overleven we niet. We moeten met alle macht het regeneratief model in onze samenleving integreren. Zodat je deelt wanneer je oogst. En dat je altijd iets overlaat voor de bosduif, de kraai, de natuur. Dat is wat we in ons model willen meegeven. Iedereen is hier gelukkig en dankbaar. Wat we hier uitbouwen is een model voor de toekomst. Ik heb dit regeneratief model heel intuïtief uitgewerkt. Wij koppelen samenlevingsopbouw aan sociaal groen, met kinderen en educatieve kampjes. Mensen zeggen heel vaak: ‘je kunt niet alles willen’, maar je kunt wél alles willen. Wij doen het allemaal. Wij bouwen samen met die kinderen de tuin. Ik voel me enerzijds trots als deskundigen zeggen dat dit werelduniek is, anderzijds is het volkomen vanzelfsprekend dat ik dit doe.”

*Permacrisis: we zitten vast in een lange, eindeloze crisis. Het ene probleem is nog niet voorbij, of het volgende begint alweer.

*Polycrisis: meerdere grote catastrofes tegelijk, die elkaar ook erger maken.

“De periode waarin de mens alles naar de klote doet, loopt af.”

Regeneratieve wijk

“Een ontwerp van Bas Smets is niet per se mooier. Het is alleen duurder én chiquer. Daar heeft de natuur niets aan. Zoals Park Spoor Noord, dat is voor veel mensen een goed ontwerp. Maar het is niet dynamisch. Het zit vol met harde recreatie. Je kan als stedenbouwkundige wel van alles ontwerpen, maar je moet het wel laten werken. Je moet er een werking inzetten, zoals wij doen, van onderuit. Daar zijn stadsontwikkelaars niet mee bezig. Ik ben een beetje een stedenbouwer, omdat ik de openbare ruimte kwalitatief beter kan invullen. ‘Plukgeluk’ ziet de blinde vlekken, en dat werkt.”

“Wij willen van heel Linkeroever een regeneratieve wijk maken. In de toekomst willen we hier een botanische bib. De bibliotheek wordt versterkt door een educatieve tuin errond voor de allerkleinsten. Dan organiseren we een teelt-, eet- en leesclub. Je komt er niet in als je niet proeft en als je niet hebt gelezen. Er zijn heel veel jeugdboeken die draaien rond natuur en kind. ‘Ronja de Roversdochter’ of ‘Pippi Langkous’, dat zijn dromers die in de natuur zijn opgegroeid.”

“Ik wil iets inclusief neerzetten, en dat is de natuur. Hier is iedereen gelijk. De oudsten tot de allerkleinsten vinden hun plaats.”

‘t Stad symbiotisch

“Antwerpen als symbiotische stad is de ultieme droom, en een diepe filosofische kwestie. Het Antropoceen, de periode waarin dat de mens overheerst en alles naar de klote doet, loopt af. De nieuwe periode is het Symbioceen. Een periode waarin we gedwongen zijn om te leren leven met de natuur en onszelf te zien als onderdeel van die natuur. Vroeger was dat een evidentie. We waren met minder, kenden geen industrie die alles op zijn kop zette, en er was geen sprake van CO2 uitstoot. Maar nu is die natuur niet meer evident, dus is het onze taak om die relatie te herzien.”

“Mijn idee is dat de mens zichzelf weer in de natuur ziet. Dat hij de natuur kan lezen en kan helpen waar nodig. Overall tuinen, niet om strak en sierlijk te houden, maar gewoon allemaal geselecteerde planten waarop onze biodiversiteit kan steunen. Die camperfoelie staat hier niet voor niks, een paar weken geleden zat er een glasvleugelpijlstaart op. Dat had ik voorheen nog nooit gezien. Zelfs de egel komt hier aan, tot grote euforie van de Antwerpse kinderen. Aan die diversiteitsboost merk je dat ons ecosysteem sterker wordt. Zo is ze ook veel robuuster tegen klimaatopwarming. Het past in het mitigatieverhaal*.”

*Mitigatie: het verminderen van de negatieve gevolgen van bijvoorbeeld klimaatverandering of menselijke impact op het milieu.

“Let wel, er is een sterke ‘maar’ aan verbonden. Symbiose kan alleen maar als alle mensen meedoen. Als er één persoon tussen zit die wil dat het hier netjes gemaaid is, uit angst voor struikrovers, dan luistert een stad naar zo’n bangerik. Dat mogen we niet meer doen.”

“Als we ook ons onderwijs veranderen, dan kunnen we uiteindelijk naar echte symbiose evolueren. De natuur toont ons dat alles samenwerking is. Dat weten we nog maar 20 jaar. De 100 of 1000 jaar daarvoor zagen we het als ‘survival of the fittest’, alles is strijd. Maar dat is het niet. Ons onderwijs en alle systemen die nu de hele aarde op springen zetten, zijn gebaseerd op dualistisch denken. De mannelijke blik is overheersend geweest. Terwijl het zorgende, het verdragende, het geduldige, het wederkerige, het cyclische, dat zijn de vrouwelijke eigenschappen die we moeten leren zien. Langzaamaan gebeurt dat. Er is een gigantische beweging bezig, maar ons onderwijs blijft altijd 20 tot 30 jaar achter.”



Dieter weet over alles wat op ‘Lekkeroever’ groeit wel iets te vertellen, hij is hier zo goed als dagelijks te vinden.



Sinds kort staat er een halve bijenkast op het terrein.



‘Kakske’ opruimen

“Je hebt heel veel gradaties in verbinding met de natuur. Voor mij betekent het je onderschikken aan de natuur, en zien dat je zelf natuur bent. Maar er bestaan ook natuurliefhebbers die hun hond graag loslaten in een natuurreservaat. Dat is het laagste niveau van natuurverbinding. Het hoogste niveau is dat je ernaar streeft elke dag iets goeds te doen voor de natuur. Dat je de hartslag van de natuur voelt. En de natuur niet meer beschouwen als decor. Help de natuur en trek je dan weer terug. Op de paadjes blijven en de hond zijn ‘kakske’ opruimen.”

“Ik denk dat we op Linkeroever drie hectare echt sterke ecosystemen kunnen bouwen, die jaar na jaar de natuur alleen maar versterken. Het creëert een hotspot voor wilde diertjes met nog meer vijvers en water. En een buurt die letterlijk en figuurlijk floreert. Waar het vertrouwen en veiligheidsgevoel stijgt, waar kinderen gewoon buiten kunnen zijn. Er is veel sociale controle. Zoets utopisch, het moet niet zo moeilijk zijn om dat waar te maken.”

Binnenkijken

In de woonzone met bosrijk karakter rond de Bleken in Wuustwezel bouwen Laura (36) en Kris (43) al vier jaar aan hun duurzaam droomhuis. Ze ruilden hun stadse bestaan in voor een leven tussen de bomen, tsjilpende vogels en een echt thuisgevoel.

Het natuurnest van Laura en Kris

“We leven in de natuur in plaats van ernaast”

Wat begon als een verre droom tijdens een reis met vrienden in Colombia, is vandaag werkelijkheid in de beboste plek in Wuustwezel. “We wilden een plek waar ons kind buiten kon opgroeien en waar we zelf dichtbij de natuur konden leven.” Hun huidige thuis was geen liefde op het eerste gezicht. “Onze zoektocht naar een woonplaats in het groen begon in het prille begin van de coronapandemie”, vertelt Laura. “We hadden veel tijd om te zoeken. Hier zagen we een laan die leidde naar een open plek. We begonnen te dromen en voelden dat er iets in zat, maar durfden de sprong nog niet wagen.” Tot ze hoorden dat de grond verkocht was aan anderen. “Dat was het moment dat we het wel zeker wisten”, lacht Kris. “En toen kwam hét telefoontje: de verkoop was niet doorgeslagen. Het voelde als een kans uit de duizend.” Hun droom kon zo worden omgezet naar een concreet bouwplan, met zo weinig mogelijk impact op de natuur.

Laura en Kris voor hun zelfgebouwde huis waar ze nu één jaar thuis zijn.



Scan de QR-code en kijk mee hoe de ruwbouw van de woning tot stand kwam.



Een specht vond de houten gevel bijzonder interessant. Hij bleef gaatjes pikken tot ze glinsterende folie ophingen. Een vredelievende oplossing voor Laura en Kris, zonder schade voor het dier.

Duurzame puzzel

Er zijn veel plannen de revue gepasseerd voor ze uitkwamen bij hun ecologisch bouwproject in houtskelet zonder verloren hoekjes en met zo weinig mogelijk beton. “Een massieve betonstructuur in een bos voelt raar aan. Een gebakken steen blijft een gebakken steen. Als het huis ooit wordt afgebroken, willen we dat er zo weinig mogelijk afval overblijft.” “De architect ging samen met ons op zoek naar zo veel mogelijk duurzame materialen. De zoektocht leidde naar een jonge aannemer uit Brecht die zijn eigen ecologische woning had gebouwd. Hij had kennis van zaken. Met hem zijn we in zee gegaan.” Aan bouwen hangt een prijskaartje. “Het hele project was wikkelen en wegen qua prijs-duurzaamheidsverhouding. Het was puzzelen om het budget te laten kloppen, met kleine toegevingen is het gelukt een duurzame woning van nul op te bouwen.” Agentschap voor Natuur en Bos moest ook akkoord gaan met het plan. “Op de open plek mochten we niet bouwen”, legt Kris uit. “We wilden zo min mogelijk ontbossen, dus dat was even slikken. Uiteindelijk hebben we 30 dennen uitgedaan.” De dennen zijn exoten, soorten die er niet thuishoren en het licht van de andere planten verdrijven. “In de toekomst willen we nog meer inheemse loofbomen aanplanten om te compenseren”, vult Laura aan.

Van Borgerhout naar bosgeluk

De week dat ze startten met bouwen, ontdekten ze dat Laura in verwachting was. Ondertussen wonen ze met z'n drieën iets langer dan een jaar in hun zelfgebouwde stekje. Voor ze de overstap van het bruisende Borgerhout naar het rustige bos maakten, woonden ze nog even in de dorpskern. “Dat was een slimme tussenstap. We



Laura en Kris willen afstappen van te veel strakke vormen in hun inrichting.

leerden het dorp kennen, en ontdekten snel waar we moesten zijn.” De overgang van stad naar bos vond plaats tijdens de pandemie. “We vroegen ons in het begin af of we ons niet te veel zouden isoleren van de buitenwereld.” Het tegendeel bleek waar. “In het bos zoeken mensen elkaar net sneller op. Op wandelingen met ons tweejarige dochtertje Norah maken we met alle burens een babbeltje. Je voelt een hechte buurtgemeenschap.”

Afvalvrij leven

Niet alles is de meest duurzame optie in hun huis, maar het koppel consumeert bewust. “De kleur van de IKEA-keuken sprak ons aan in combinatie met houtkleur. Het is misschien niet de beste keuze, want het is geen gerecupereerd materiaal, maar dat was in tijd en geld niet anders haalbaar. Nu kunnen we deze beter houden.” Ook in de keuken wordt nagedacht, 95 procent van de tijd koken ze vegetarisch. Laura gaf de aanzet. “In het avontuur naar bewuster consumeren ben ik eerst bij vegetarisch eten beland. Zo kwam er telkens een laagje bij: afvalvrij winkelen, het aandeel plastic in onze klerenkast reduceren, etc. Nu onderzoeken we elk facet van het leven om de natuur niet verder kapot te maken. We willen niet dat het groen moet wijken voor ons. Al klinkt dat dubieus omdat we bomen hebben gekapt om hier een huis te zetten.” Op sommige vlakken was ecologisch leven makkelijker in de stad. “Onze visie over afvalvrij leven was in de stad meer toegankelijk. In de winkel kan je daar je eigen pot vullen. Je had geen plastic meer nodig om producten te kopen. Dat ontbreekt hier. Daarom willen we in de toekomst zelf producten telen.” Ze bekijken hun duurzame levensstijl als levensproject. “Het is zoals je een zaadje plant”, zegt Laura. “Misschien pluk je zelf de vruchten niet, maar het groeit wel verder.” Kris beaamt die visie. “We gooien het kortetermijndenken overboord.”



Leven met het bos

De woning is volledig gericht op de natuur. Grote ramen halen het bos naar binnen. “Het stimuleert om naar buiten te gaan. Je kan hier niet anders dan de natuur beter leren kennen.” Ze wonen hier mét het bos. “Als we ’s ochtends of ’s avonds buiten zitten, dan is de natuur nog het meest ongestoord. Je voelt je nederig tussen al het andere leven.” Laura en Kris zijn het erover eens dat het net dat is wat dit huis zo bijzonder maakt. “De natuur is niet altijd comfortabel, maar dat hoeft ook niet. Als je leert erin te leven in plaats van ernaast, voel je je meer thuis dan ooit tevoren.”



Leerkracht Naomi Mertens in haar tuin voor de eucalyptus, "natuurlijke vorm van muggenverweer".



Elk schooljaar neemt Naomi Mertens (39), leerkracht op Steinerschool De Es, haar leerlingen mee op kruidenleerweek. Sinds vijf jaar geeft ze daar de richting 'Zorg en welzijn' vorm, op een manier die zowel vernieuwend als eeuwenoud aanvoelt: via de natuur. "Dat is waar het allemaal om draait."

Hoe ziet een les in jouw klas eruit?

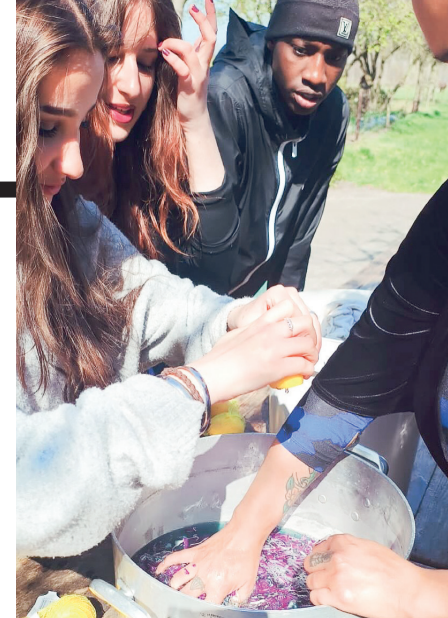
"Bij 'verzorging' leren we hoe de huid werkt, wat haarstructuur is, hoe je een lichaam op een gezonde manier verzorgt. Maar ook hoe je bijvoorbeeld met citroen en wollen sokken koorts kunt verlagen via de voetzolen. In 'woonzorg' richten we een huiselijke ruimte in waar iedereen een taakje krijgt, van wassen tot de tafel aankleden. Alles gebeurt in een rustige sfeer, met klassieke of jazzmuziek op de achtergrond. We leren weven, schilderen of maken ecoprints met rode kool of avocado. We maken zelf producten, zoals wasmiddel, zeep, huishoudazijn en lavendelzakjes voor bij het slapengaan. Leerlingen nemen dat letterlijk en figuurlijk mee naar huis. Ik zie foto's op Instagram van hun kamer met gedroogde kruiden of hoor van ouders dat ze geen chemische deodorant meer mogen kopen. Ze pakken dat echt wel op."

Het was jouw idee de richting op natuurlijke wijze vorm te geven. Wat betekent de natuur voor jou?

"De natuur is waar het allemaal om draait. We moeten er veel bewuster mee omgaan. Het is geen evidentie dat het er is. Geef mij maar een tuin waar je met je mandje alle kruiden kunt gaan halen en alle bloemen kunt gaan plukken om je huis op te fleuren. Hoe ouder ik word, hoe meer ik de verbondenheid opzoek. Dat geeft me zoveel rust."

Hoe geef je die verbondenheid met de natuur door aan je leerlingen?

"Al mijn lessen zijn doordrenkt met natuur, maar het hoogtepunt is de kruidenleerweek. We trekken een week naar de Rommeshoeve in Essen. Een kruidenspecialist neemt ons mee naar de oude paterskruidentuin. De leerlingen maken een herbarium en leren waar de kruiden goed voor zijn. Ze maken er producten



van, zoals brandnetelzeep. Ze koken met de kruiden, een hele tafel vol met eten dat ze gewoon geplukt hebben. Het is voor hen een eyeopener dat alles wat ze nodig hebben om hen heen groeit. Ze weten dat wel, maar daar wordt het 'real'."

Hoe krijgt groen in de stad een plaats?

"Ik zie de stad evolueren. Het Rivierenhof is daar een mooi voorbeeld van, een park vol diversiteit van bloemen, planten en bomen. Je merkt dat jongeren meer en meer het belang van groen inzien. Ze beseffen dat de wereld zoals die nu is, niet houdbaar is. En dat is waarom ik dit werk doe, om ook stadskinderen, die vaak opgroeien in een appartement zonder tuin, die verbondenheid te laten ervaren."

Welke boodschap wil je doorgeven aan de volgende generatie?

"Dat zelfzorg de basis is. Wij zijn natuur. Als je een plant liefde en aandacht geeft, groeit ze. Dat geldt ook voor jezelf."



Naomi en de tiende klas in een kruidenbad.



Naomi's favoriete plekken in 't Antwerpse groen

1. Mijn eigen tuin vol met planten die je kan gebruiken, daar zit ik het allerliefst
2. Rivierenhof en Boelaarpark met mijn leerlingen op kruidenjacht
3. Boeckenbergpark met zwembijver voor zomerpret
4. Aan het water aan De Schelde op Linkeroever met zonsondergang
5. Hobokense Polder voor een wandeling
6. Plantenzaken als Borgerhub en Dille en Kamille om de rustgevende sfeer en heerlijke planten en kruidengeuren op te snuiven



