



Winterwegen

Niet alleen vossensporen, de achterwaarts
wijzende patrijzenprenten in de sneeuw,
maar ook de winterwegen,
smalle looppaden tussen schuur en erf
op geen kaart te vinden.

Ieder huis rust als een spin
in 't midden van zijn eigen wegennet.

Een tijdelijke taal
zoals het blaffen van een hond
stemmen achter een bosrand.

Taal die niet begrepen hoeft te worden
zoals een kinderkrabbel: teken van
iets dat achter de rug is.

Wanneer de winterwegen smelten
blijft het vermoeden van een landkaart
onder onze voeten.

De eerste zwaluwen hoog in de
lege lucht, zij kunnen hem lezen wellicht
zij volgen andere wegen.

J. Bernlef.

Bijna weer een jaar dat we mogen afvinken. En menig onder ons zal daar niet rouwig om zijn. Maar over corona hebben we het al meer dan genoeg gehad, het was er, is en zal met een zekerheid grenzende waarschijnlijkheid nog wel even, misschien wel altijd zijn. Einde van het jaar betekent ook vieren, al dan niet met een religieus gedachtengoed. Hoe dan ook, Kerstmis is samen met Pasen één van de hoogdagen voor de Christelijke gemeenschap. En dat geeft ons een mooi bruggetje naar religieus getinte wandelingen: de pelgrimages of pelgrimstochten. Om ze allemaal op te sommen is een brug(getje) te ver en dus houden we het op onderstaande vier.

SANTIAGO DE COMPOSTELA: De tocht naar Santiago de Compostela is met afstand de bekendste pelgrimsroute ter wereld. El Camino de Santiago, zoals de tocht in het Spaans heet, is een historische route met als einddoel het graf van de apostel Jakobus in de Noord-Spaanse stad Santiago de Compostela. Jaarlijks maken ruim 200.000 personen deze bedevaartstocht. Om Santiago de Compostela te bereiken zijn er ruim 60 verschillende routes beschreven.



DE SINT-OLAVSRUTE: De Sint-Olavsroute is de meest Noordelijke pelgrimsroute ter wereld. Tijdens deze tocht volgt de wandelaar de tocht van de Vikingkoning Olav Haraldsson. Hij probeerde in het jaar 1030 na zijn verbanning in Rusland, weer koning te worden van het toenmalige Noorwegen. Olav verloor hierbij het leven, maar er zijn veel wonderen toegedicht rondom zijn dood. De 564 kilometer lange Sint-Olavsroute is gebaseerd op deze tocht.

DE CROAGH SINT PATRICK PELGRIMSTOCHT: De top van de Croagh Sint Patrick, een 765 meter hoge berg aan de Ierse westkust, is het doel van deze pelgrimstocht. Hier zou de heilige St Patrick 40 dagen lang hebben gevestigd en gebeden om te bewerkstelligen dat alle slangen uit Ierland zouden verdwijnen. Jaarlijks maken meer dan een miljoen pelgrims deze tocht. Veel pelgrims doen dit op blote voeten. In een paar uur tijd is de top bereikt. De lange variant is een 61 kilometer lange tocht over de St. Patrick's Heritage Trail.



VIA FRANCIGENA: In de tiende eeuw liep de Via Francigena van Canterbury naar Rome. De route slingerde zich eerst door het Jura-gebergte en daarna door de Alpen, waarna hij naar de Italiaanse kust afdaalde. Net als reizigers in de middeleeuwen bezoeken veel moderne pelgrims op de Via Francigena onderweg een reeks kloosters en abdijen, waar ze samen met de monniken eten en aan traditionele gebedsdiensten deelnemen. De weg is in totaal 2100 kilometer lang.

Winterzonnewende

Op dinsdag 21 december 2021 gaan we weer lichtere tijden tegemoet, als op het noordelijk halfrond de winterzonnewende plaatsvindt. In België duurt de dag 7 uur, 56 minuten en 18 seconden. De volgende dag krijgen we er alweer een paar seconden daglicht bij. Tijdens de winterzonnewende op het noordelijk halfrond staat de noordelijke as van de aarde het verst van de zon weg gekeerd – waardoor deze het minste daglicht krijgt. Op de dag van de winterzonnewende staat de Noordpool als gevolg van de hoek van de aarde op het verst mogelijke punt van de zon. De zon bereikt dan zijn zuidelijkste positie aan de hemel, waarna hij weer naar het noorden beweegt.

Het moment dat de zon van richting lijkt te veranderen, valt in 2021 op 21 december om 16.59 uur. Dit is de officiële winterzonnewende. In 2022 valt de winterzonnewende op 21 december om 22.48 uur.



's Winters vogels voederen

De winter is de meest aangewezen periode om de vogels in je tuin te voederen. Insecten verdwijnen onder de grond. Bessen zijn geplukt. Regen en sneeuw maken het moeilijk om zaden te vinden. Bovendien zijn de dagen korter en is er dus minder tijd om voedsel te zoeken. Onze tuin vrienden vinden een pak minder voedsel, terwijl ze nu juist extra veel energie nodig hebben om hun lichaamstemperatuur op peil te houden. Van december tot april voorzie je vetrijke producten (vetbollen, pindaslingers, pindakaas, halve kokosnoten ...) en mag je voedertafel goed gevuld zijn.



5 tips om vogels te voederen

1. Schud je tafellaken het hele jaar uit in de tuin.
2. Voederen kan het hele jaar door, maar vooral wanneer het vriest en/of sneeuwt.
3. Voeder niet teveel tegelijk en liefst 's ochtends en tegen het einde van de middag. Na een lange, koude nacht hebben vogels behoefte aan een stevig ontbijt en tegen de avond eten ze hun buikje rond om de nacht door te komen. Strooi niet te veel, dat kan muizen en ratten aantrekken.
4. Geef geen voedsel waarin zout is verwerkt of kaas of brood.
5. Voedsel dat makkelijk bevriest, zoals appels, voeder je best als geheel en niet in kleine stukjes.



Wintergroenten, groenten van bij ons

Wie kiest voor wintergroenten van bij ons is lief voor zijn portemonnee, want het aanbod is groot én de prijs klein. Bovendien beperk je je voedselkilometers en ondersteun je de lokale economie.

Elke groente heeft naast haar unieke smaak, textuur en geur ook haar unieke nutritionele samenstelling. De ene groente bevat bijvoorbeeld meer vitamine C en de andere wat meer voedingsvezels. Om genoeg van alle voedingsstoffen binnen te krijgen is voldoende groenten eten en volop variëren de boodschap. Leuk om te weten wat deze wintergroenten in petto hebben:

- Pastinaak is rijk aan vezels en foliumzuur en een goede bron van vitamine C.
- Boerenkool is rijk aan vezels, vitamine A, K en C.
- Spruitjes zijn rijk aan vezels, vitamine C en foliumzuur.
- Rode kool is rijk aan vezels en vitamine C.
- Knolselder is rijk aan vezels en een goede bron van vitamine C en foliumzuur.

Onze volgende wandelingen

Omdat het voor iedereen praktischer is zullen we begin januari de wandelagenda voor 2022 bekend maken. Op die manier kan je de verschillende wandeldagen meteen in je agenda noteren.

Ook gaan we in 2022 een twee- of driedaagse wandeling organiseren. Ook hier, begin januari meer informatie over

Wandeling in Munsterbos

Ook onze laatste wandeling van 2021 was een succes. Doorheen het Munsterbos wandelden we langsheen de kapel van het Geheime Leger, opgericht ter ere van de verzetsstrijders tijdens de tweede wereldoorlog. Daarna bracht de wandeling ons over het Albertkanaal richting het natuurgebied van Zonhoven. Hier konden we kennismaken met verscheidene gedichtstenen waaronder een van Leonard Nolens.

Wandeling

's Zomers sta ik soms onder dat open raam
In februari, maan en sterren schaatsen langzaam
Door de bocht van de rivier, het blauwe ijs
In brand weerkaatst de kus, het huis, de winterreis
Van twee wier levens aan elkaar zijn vastgevroren.

Het is ondraaglijk heet. Ik hoor ze beiden boven
Strelen, hijgen, namen krijgen, zwellen groot
En vochtig liggen zij te zoenen en te bijten, geluiden
Die schaduwen zoal maken in bed. Ik sta erbuiten
En zie ons hangen uit dat raam, gearmd en dood.

Leonard Nolens

Redactie: En Naturo

Mieke Martens

Susan Billen

Philippe Reniers

© foto's En Naturo

Prettige feestdagen en een gezond 2022

