



## BUSHCRAFT, DE KUNST VAN HET LEVEN IN EN MET DE NATUUR.



bushcraft.be is een kleine organisatie die naast workshops en trektochten vooral bushcraft cursussen organiseert.

Om te kunnen leven van en in de natuur, moet er aan een aantal voorwaarden voldaan worden: onderdak, vuur, water en voedsel.

Naast deze vier voorwaarden staat vooral de natuur centraal in al onze cursussen en workshops en werken we aan het thuisgevoel in de natuur.

Dit doen we door al onze zintuigen te (her)gebruiken.

We kijken, luisteren, ruiken en voelen, maar zijn vooral bezig in en met de natuur.

In deze bundel vind je een kort overzicht van de cursussen, workshops en activiteiten die wij momenteel aanbieden!

Groeten,

Jos Tuininga

# INHOUD



## **CURSUSSEN** PAG 3

- BUSHCRAFT BASIS
- DE MANIER VAN HET BOS
- LEVEN VAN HET LAND
- SPOREN, DE KUNST VAN HET ZIEN
- VERDWAALD...?
- VUUR
- WINTER IN DE ARDENNEN
- BOS EHBO (MEDICIJNEN EN WILDERNIS EERSTE HULP)

## **WORKSHOPS** PAG 13

- VUUR
- VUUR MAKEN
- EEN NATUURLIJK ONDERKOMEN
- SPOREN
- NATUURWANDELING
- ZINTUIGEN
- PREHISTORISCHE TECHNIEKEN
- ORIENTATIE
- DE JONGE ONDERZOEKER

## **ANDERE ACTIVITEITEN** PAG 15

## **CONTACT** PAG 16

2.

# CURSUSSEN



## CURSUSSEN

- BUSHCRAFT BASIS PAG 4
- DE MANIER VAN HET BOS PAG 6
- LEVEN VAN HET LAND PAG 7
- SPOREN, DE KUNST VAN HET ZIEN PAG 8
- VERDWAALD...? PAG 9
- VUUR PAG 10
- WINTER IN DE ARDENNEN PAG 11
- BOS EHBO PAG 12

3.



## BUSHCRAFT BASIS



Onze cursussen gaan over leven in en met de natuur. Tijdens de basis cursus worden, naast vele technieken, vooral de 4 hoofdvoorwaarden voor een leven in en met de natuur behandeld: onderdak, vuur, water en voedsel.

### ■ Onderdak

Onderdak is uiterst belangrijk. Het houdt je uit de wind en de regen, het geeft je een veilig en geborgen gevoel en het is de basis van waaruit gewerkt, gedacht en gepland kan worden.

Er zijn veel verschillende soorten onderdak: een tent of zeiltje, een omgevallen boom, een grot of een zelf gebouwd onderkomen. Tijdens de cursus zullen we vooral met het laatste bezig zijn.

Hulpzame bushcraft technieken die ook behandeld worden: veiligheid mes, bijl en machette, kap en snijtechnieken, graafstok, touw maken, knopen en sjarren, dakbedekking, isolatie, een bed maken, uitbreiding van het onderkomen en vele andere tips.

### ■ Vuur

Vuur is in de natuur dat wat electriciteit, gas en c.v. in een huis zou zijn. In een bushcraft situatie kan vuur zelfs van levensbelang zijn.





## BUSHCRAFT BASIS VERVOLG



>> Vuur gebruik je om je voedsel mee klaar (of houdbaar) te maken, om water mee te zuiveren, het geeft je licht en warmte, het houdt insecten en roofdieren op afstand, je kan er hout mee harden, een kom en lepel branden, potten bakken en nog vele andere dingen.

Alles wat met vuur opbouwen en aanmaken te maken heeft komt aan bod: ontsteking, tondel, brandstof, opbouw van een vuur, fire steel, vikingstaal, handboor en de vuurboog.

### ■ Water

De mens kan 3 minuten zonder lucht, 3 dagen zonder water en 3 weken zonder voedsel. Zonder water ga je dood. Het vinden en drinkbaar maken van water is van levensbelang tijdens het leven in de natuur.

### ■ Voedsel

Als aan de boven genoemde voorwaarden (onderdak, vuur en water) voldaan zijn, gaan we het leven in de natuur zo comfortabel mogelijk maken en dan komen we bij voedsel.

Maar waar vinden we het en wat kan je allemaal eten uit de natuur? Welke planten zijn geneeskrachtig? Hoe zit dat met vissen en jagen?



## DE MANIER VAN HET BOS



### DE MANIER VAN HET BOS

De manier van het bos is een vervolg op de bushcraft basis, waar we hoofdzakelijk bezig zijn met het aanleren van bepaalde survivaltechnieken. Tijdens de cursus “De manier van het bos” gaan we die technieken bijschaven en uitgebreider ingaan op onderwerpen zoals sporen zoeken, wild observeren, voeding uit de natuur en kooktechnieken.

Tijdens deze week gaan we in het bos leven in een zelf gebouwd onderkomen, we eten voor een groot deel zelf verzameld voedsel en breiden ons kamp zo comfortabel mogelijk uit. Daarnaast is er voldoende tijd om verschillende projecten te starten (bv. boog en pijlen maken, de bouw van een sweat lodge) en werken we aan ons natuurlijk bewustzijn.



## LEVEN VAN HET LAND



### LEVEN VAN HET LAND

Tijdens deze zwerf cursus verplaatsen we ons te voet met minimale bagage, we overnachten onder zeiltjes en we verzamelen wat we nodig hebben. Een tocht voor de echte woudloper.

Belangrijk:

- Dit is een vervolg op de 'bushcraft basis' of 'de manier van het bos' (of gelijkwaardige cursussen) en kan dus enkel geboekt worden indien één van deze gevolgd werd. Tijdens de tocht is er immers geen tijd of ruimte om de basistechnieken aan te leren, wel om deze kort te herhalen.
- De bagage per persoon mag niet meer dan 3 kilo bedragen (kleding die men draagt en mes niet meegerekend).
- Er zijn geen vaste routes en overnachtingsplaatsen.
- Voedsel en middelen om vuur te maken zijn tijdens deze tocht niet toegestaan. Waar nodig, zullen ze door ons aangeleverd worden!



## SPOREN, DE KUNST VAN HET ZIEN



### SPOREN, DE KUNST VAN HET ZIEN

Sporen lezen is een levenswerk.

Tijdens deze cursus gaan we de basis aanleren van het sporen lezen. Sporen vertellen ons het verhaal van het bos, een hoofdstuk uit het dagboek van het bos.

We starten met een kort gedeelte theorie en gaan daarna de opgedane kennis in de praktijk te brengen.

Verder doen we een aantal oefeningen om de kunst van het zien aan te scherpen.

Ook camouflage en staptechnieken komen ruimschoots aan bod.

Wat je kan verwachten:

- Theorie sporen lezen
- Sporen lezen in de praktijk
- Achtergrond informatie over het gedrag van dieren
- Camouflagetechnieken
- Stap- en sluiptechnieken
- Kijk- en observatietechnieken
- Opzetten observatiepost
- Oefeningen om het bovenstaande te perfectioneren



## VERDWAALD...?

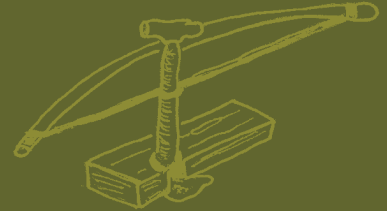


### VERDWAALD...?

Dit is geen cursus. Het is de ultieme test om onze cursussen in de praktijk te brengen. Het enige dat mee mag, zijn de kleren die je aan hebt en je mes. (Als je echt niet zonder kan, mag er ook een slaapzak mee).

We droppen je in een bos en daar moet je je zien te redden. Er gaat begeleiding mee, maar enkel om te ondersteunen, daar waar nodig.

Heb je interesse in dit programma stuur dan een mailtje naar [info@bushcraft.be](mailto:info@bushcraft.be) zodat we je goed kunnen informeren.



## VUUR



### VUUR

Tijdens deze cursus draait alles om vuur!!

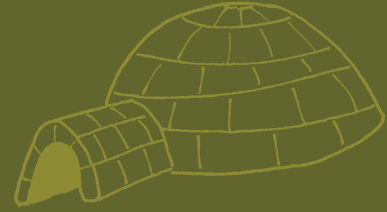
We proberen meerdere vormen van vuur uit. We steken het op verschillende manieren aan, testen diverse soorten tondel en brandstof.

Ook gaan we op verschillende manieren vuur opbouwen en leren hoe in slechte omstandigheden een vuur te maken.

Kortom we gaan de magie van het vuur doorgronden en er vooral een weekend lang van genieten!

Wat kan je verwachten:

- Verschillende aansteek methoden
- Opbouw van het vuur
- Tondel
- Droog brandstof vinden
- Verschillende soorten hout
- Vuur in slechte omstandigheden
- De verschillende toepassingen van vuur



## WINTER IN DE ARDENNEN



### WINTER IN DE ARDENNEN

Voor wie Lapland te ver vindt, organiseren we een wintersurvival in de Ardennen. Wellicht met iets minder of zelfs geen sneeuw, maar de uitdaging en aanpassing om in de natuur te leven in (ijs)koude omstandigheden zal er niet minder om zijn.

Wat kan je verwachten:

- Basis technieken in winterse omstandigheden
- Een onderkomen in de winter
- Vuur
- Drinkbaar water
- Voedsel uit de natuur



## BOS EHBO



### BOS EHBO (MEDICIJNEN EN WILDERNIS EERSTE HULP)

Onder begeleiding van een huisarts zullen de verschillende aspecten van eerste hulp in de natuur, zelfmedicatie en het gebruik van geneeskrachtige planten worden behandeld.

Wat kan je verwachten:

- Eerste hulp bij ongevallen
- Vaststellen van het probleem en mogelijke oplossingen
- Een traditioneel ehbo setje samenstellen
- Een ehbo setje van producten uit de natuur samenstellen
- Geneeskrachtige planten: determineren, doseren, bereiden en toedienen
- Andere natuurlijke hulpmiddelen zoals het spalken van breuken, het maken van verband, ed.

# WORKSHOPS



## WORKSHOPS

- **Vuur** (2 uur)  
De workshop vuur gaat van de opbouw en onderhoud van een vuur, tot veiligheid en het aansteken van het vuur met moderne hulpmiddelen.
- **Vuur maken** (4 uur)  
Bij de workshop vuur maken draait alles om vuur maken zonder moderne hulpmiddelen. We maken vuur door wrijving: handboor, vikingstaal en hoofdzakelijk de vuurboog.
- **Een natuurlijk onderkomen** (4 uur)  
Tijdens deze workshop gaan we een natuurlijk onderkomen bouwen, we leren hoe het waterdicht en warm te krijgen.
- **Sporen** (4 uur)  
De basistheorie van het sporen lezen wordt behandeld en direct in de praktijk omgezet.
- **Natuurwandeling ('anders kijken')** (3 uur)  
Tijdens deze wandeling vertelt onze ervaren gids je allerlei interessante weetjes over wat groeit en bloeit. Afhankelijk van wat we onderweg tegenkomen, kan het gaan over eetbare planten, diersporen, een boom, zwam of kikker ....  
>>

# WORKSHOPS (VERVOLG)



■ **Zintuigen ('een stapje terug')** (4 uur)

Op een andere manier de natuur beleven, een pre-historische staptechniek, breed kijken, luisteren, kijken met je voeten, sluipen en bewegen zijn enkele van de onderwerpen van deze workshop.

■ **Prehistorische technieken** (8 uur)

Koken op een kampvuur en koken onder de grond, silex (vuursteen) kappen, jachttechnieken, vuur door wrijving met vuurstenen en vikingstaal.

■ **Oriëntatie** (4 uur)

Geen standaard oriëntatie met kaart en kompas maar met de natuur als oriëntatiemiddel.

■ **De jonge onderzoeker** (4 uur)

Kijken met je handen, vastpakken, kruipen, kijken, proeven, voelen en ruiken zijn enkele van de trefwoorden die tijdens deze workshop centraal staan. We gaan op expeditie in de natuur, op zoek naar het (on)bekende.

# ANDERE ACTIVITEITEN



## ANDERE ACTIVITEITEN

### **Oriëntatie** (2 dagen)

Een combinatie weekend tussen kaart en kompas lezen en de natuur als hulpmiddel om je te oriënteren zowel overdag als 's nacht.

### **Rugzaktrektocht** (3 dagen)

Een tocht in de Ardennen, met begeleiding, om je materiaal uit te testen en ervaring uit te wisselen met je mede backpackers.

### **Gezinssurvival** (2 dagen)

We leven in en met de natuur: vuur maken, hutten bouwen, eten uit de natuur, sporen zoeken, hout hakken, kom en lepel maken en nog veel meer.

*Via Cap Bohan Trekkingschool*

### **Gezinsrugzaktrektocht** (2 dagen)

We bewandelen korte routes, aangepast aan de jongste backpackers onder ons, langs beekjes en rivieren, velden en bossen, bergen en vlaktes. We overnachten op comfortabele kindvriendelijke campings.

# CONTACT



## CONTACT

bushcraft.be  
Jos Tuininga  
Kapucinessenstraat 27  
2000 Antwerpen  
België  
+32 484 290411  
www.bushcraft.be  
info@bushcraft.be