



## WATER & VOEDSEL (2 dagen, 149€) :

Tijdens deze tweedaagse draait alles om de laatste twee bushcraft voorwaarden: Water & voedsel!

We bekijken hoe het zit met drinkbaar water, hoe je het in de natuur kunt vinden, als drinkbaar herkennen of het drinkbaar maken. Uiteraard staan water en voedsel met elkaar in verbinding. Maar de meeste tijd zal tijdens deze cursus door voedsel in beslag worden genomen, zowel het zoeken als het verwerken en ten slotte genieten van alles wat de natuur ons te bieden heeft.

We bekijken tijdens deze cursus water beestjes, bouwen filters, leren planten determineren, hun gebruik kennen, voedzaamheid, geneeskracht en nog veel meer.



### Het programma (onder voorbehoud):

#### Vrijdag :

- 19u – 20u : Aankomst in lokaal café, drankje en kennismaking.
- 20u 00 : Verplaatsing naar en innemen van het kamp.
- 21u 00 : Kampvuur avond met een snack.

#### Zaterdag :

- 08u 00 : Wekken.
- 08u 30 : Ontbijt en afwas.
- 09u 30 : Theorie eetbare planten & wortels.
- 10u 30 : Praktijk eetbare planten in de directe omgeving.
- 11u 30 : Voeding, voedingswaarde & kooktechnieken.
- 12u 00 : Lunch.
- 13u 00 : Start verzameltocht eetbare planten, wortels etc.
- 16u 00 : Kampvuurmaaltijd voorbereiden (rook tipi/ stoomkuil/ kookvuur).
- 18u 00 : Kampvuurmaaltijd.
- 20u 00 : Kampvuur avond.



#### Zondag :

- 08u 00 : Wekken
- 08u 30 : Ontbijt, spek & ei.
- 09u 30 : Drinkbaar water & water drinkbaar maken.
- 11u 00 : Geneeskrachtige planten/ wortels en hun toepassing.
- 12u 00 : Lunch.
- 14u 00 : Opruimen.
- 15u 00 : Afsluitende wandeling.
- 16u 30 : Einde en afscheid.

