

Nacht
van de
Nacht.

Organiseer een Nachtwandeling



Aangeboden door
de Natuur en Milieufederaties



Nachtwandeling

Tijdens een nachtwandeling staan de zintuiglijke beleving en de nachtnatuur centraal. Een nachtwandeling is een goede manier om mensen bewust te maken van het belang van de donkere nacht. Ook valt er een heleboel te leren over het nachtleven, zoals flora en fauna die overdag onzichtbaar blijven. Met deze handleiding organiseer je gemakkelijk een veilige en leerzame nachtwandeling in jouw omgeving.

Onder begeleiding van een gids, ecooloog of sterrenkundige kan zo'n nachtwandeling helemaal leerzaam zijn. Maak bijvoorbeeld gebruik van een batdetector om geluiden van vleermuizen op te vangen. Ook kun je tijdens de nachtwandeling nog een bijzondere activiteit organiseren. Als het een heldere nacht is, kun je met een telescoop de sterrenhemel bewonderen.



Vorbereiding

Een succesvolle nachtwandeling begint met een goede voorbereiding.

- Selecteer een geschikte wandelroute van 1 tot 4 kilometer in een natuurgebied. Bij voorkeur een bekende wandelroute.
- Informeer terreinbeheerders vooraf over de nachtwandeling (Staatsbosbeheer, Natuurmonumenten of gemeente).
- Verken de route vooraf in het donker en zoek geschikte plekken voor een kleine tussenstop of activiteit.
- Selecteer een start- en eindpunt en maak een planning (zie voorbeeld onderaan).
- Zorg voor een deelnemerslijst en een telefoonnummer voor noodgevallen.

Materialen en benodigdheden

Tijdens de nachtwandeling heb je een aantal materialen nodig. Denk aan:

- Zaklampen met rood licht (of overzetfilters)
- Kaarten of routebeschrijving
- EHBO-doos
- Reflectiehesjes (voor begeleiders)
- Kleine opdrachtkaarten of ander materiaal (sterrenkaart, telescoop, kompas)

Activiteiten/tussenstops

Om de donkere nacht nóg beter te ervaren, kun je tijdens de nachtwandeling een tussenstop of korte activiteit organiseren. Probeer dit zo stil mogelijk te doen, zodat deelnemers de nachtnatuur niet verstoren. Dit zijn 3 leuke activiteiten of tussenstops:

1. Pauze in het donker

Stop op een donkere plek en geef deelnemers 2 minuten de tijd om de donkere nacht echt te ervaren. Laat deelnemers 2 minuten aandachtig luisteren en laat ze goed observeren:

- Laat je ogen wennen aan het donker.
- Wees stil en luister aandachtig naar geluiden die je hoort.
- Wat zie je wél en wat zie je niet? Hoe voelt de nacht zonder kunstlicht?

Vraag daarna: *Wat zag of hoorde je dat je eerst niet opviel?*

2. Sterren en planeten zoeken

Tijdens een heldere nacht kun je op verschillende manieren de sterrenhemel bewonderen. Deze activiteit is het leukste met een telescoop, onder begeleiding van een astronoom, sterrenkundige of gids. Bij sommige bibliotheken kun je gratis een telescoop lenen. Een publiekssterrenwacht/volkssterrenwacht heeft ook vaak een telescoop te leen.

Ook zonder professionele begeleiding en materialen kun je de sterren en planeten bewonderen. Gebruik bijvoorbeeld een sterrenkaart-app (idealiter met rode lichtmodus). Geef deelnemers een aantal kleine opdrachten zoals:

- Zoek de Grote Beer
- Probeer Polaris te vinden
- Kijk welke planeten er zichtbaar zijn

Let op: voor deze activiteit moet het een heldere nacht of licht bewolkt zijn.

3. Lichtdetective

Vraag deelnemers kort te reflecteren op de nachtwandeling en vraag hoe ze de donkere nacht hebben beleefd:

- Hoeveel lampen zijn ze tegengekomen?
- Wat is hen opgevallen aan de verlichting? Is het verstorend? Of werd er bewust verlicht?
- Vraag deelnemers na te denken hoe verlichting anders ingericht kan worden.



Een veilige nachtwandeling organiseren

Een nachtwandeling moet veilig verlopen. Let daarbij op de volgende aandachtspunten:

- Zorg voor een deelnemerslijst en let op de groepsgrootte (maximaal 15 deelnemers per begeleider om het overzicht te houden).
- Zorg dat begeleiders een veiligheidshesje dragen.
- Zorg dat er een telefoonnummer bij deelnemers bekend is, in geval van nood.
- Spreek af dat deelnemers hun eigen zaklamp alleen in noodgevallen gebruiken.
- Vertel vooraf wat deelnemers kunnen verwachten (stilte, duisternis, ongelijk terrein).

Voorbeeld planning/draaiboek

Tijdstip	Beschrijving	Locatie	Opmerkingen
19:45	Verzamelen bij startpunt	Startpunt wandelroute	Begeleider met reflecterend hesje aanwezig
20:00	Start nachtwandeling	Startpunt wandelroute	Deelnemerslijst checken: alle deelnemers aanwezig?
20:15 – 20:30	1e tussenstop/ activiteit	Specifieke locatie	Activiteit 1: Pauze in het donker
20:45 – 21:15	2e tussenstop/ activiteit	Specifieke locatie	Activiteit 2: Sterren en planeten zoeken
21:30	3e activiteit en afronding	Eindpunt wandelroute	Activiteit 3: Lichtdetective Uitgeleende materialen inleveren Deelnemerslijst nalopen: is iedereen terug?

