

Geheimen van de onzichtbare wereld

Conferentieverslag januari 2026

Geheimen van de onzichtbare wereld. Daar begon de conferentie Kind & Natuur van het IVN afgelopen woensdag mee. De onzichtbare wereld en de impact ervan op gezondheid. Hermelijn Smits, onderzoeker aan het Leids Universitair Medisch centrum, Marco van Es, oprichter van stichting Bac2nature en Károly Illy, directeur van het longfonds vertelden samen over het belang van goede bacteriën en vies worden. Want wat blijkt uit een Fins onderzoek? Vies worden en buiten spelen is enorm belangrijk voor een goede weerstand en je algehele gezondheid! En dat moet al vroeg beginnen. Vooral bij jonge kinderen (0 – 4 jaar) zorgt een grote verscheidenheid aan bacteriën in je darmen en bloed ervoor dat je minder allergieën ontwikkelt en dat je een hogere weerstand hebt voor ziektes. En het grootste deel van die bacteriën doe je op door jezelf bloot te stellen aan de natuur, de bosgrond en de buitenlucht.

Is dat niet prachtig? Wij mensen zijn natuur, we hebben dus ook de natuur nodig om ons zo goed mogelijk te voelen. En hoe jonger je daarmee begint, hoe beter.

De Hynstebloom organiseert nu al sinds november 2023 peuterworkshops voor IVN Heerenveen, om de kinderen te laten ontdekken in welke mooie wereld ze leven en om ze al vroeg te verbinden met de natuur. Maar er zit nu nog meer belang aan: buiten spelen en vies worden is letterlijk noodzakelijk om een goede gezondheid te ontwikkelen waar ze hun hele leven voordeel van zullen hebben!

En over de peuter- (en kleuter-)workshops hebben we goed nieuws: ze zijn nu ook toegankelijk voor mensen die maar weinig te besteden hebben! Stichting leergeld Heerenveen is akkoord gegaan met het voorstel van IVN Heerenveen om een IVN-lidmaatschap te financieren voor iedereen die niet veel heeft, maar wel de workshops wil volgen met hun kind(eren), om ze zo de gezondheidsvoordelen te bieden die ze nodig hebben. En hiermee kun je niet alleen met je kind workshops volgen; je kunt ook meedoen met activiteiten voor volwassenen. Denk bijvoorbeeld aan lezingen, vogelexcursies of gezinsactiviteiten. Met een IVN-lidmaatschap heb je gratis toegang tot alle natuuractiviteiten van het IVN.

Klik op de link hieronder om jouw aanvraag te plaatsen voor een gratis IVN-lidmaatschap:

<https://www.leergeldheerenveen.nl/jouw-aanvraag>

Laten we met zijn allen genieten van de natuur. We zijn er onderdeel van, zullen we dat weer opnieuw gaan ontdekken?

Schuif jij aan bij een van de peuterworkshops van deze winter (30 januari en 6 februari) of de kleuterworkshop Vogels in de winter op 7 februari? Wij hebben er in ieder geval zin in om weer lekker de natuur in te gaan! Klik op de link voor alle workshops die de Hynstebloom organiseert.

<https://www.dehynstebloom.nl/agenda>

Groene groetjes,
Sterre Streefkerk van De Hynstebloom.