



### Omschrijving



Dit insigne staat in het teken van kennis over en overleven in de natuur. Welke dieren kom je tegen in de natuur? En welke planten kun je eten? Je bereidt een maaltijd met voedsel uit de natuur en laat zien hoe je eenvoudige verwondingen met producten uit de natuur kunt verzorgen.

### Eisen

1. Ga de natuur in en onderzoek de aanwezigheid van dieren aan de hand van vraatsporen, prooiresten, woningen, nesten, wissels en dergelijke. Maak van vijf verschillende zoogdieren een gipsafdruk van de poot of fotografeer vijf vogels en vertel je ploeg welke dieren dit zijn.
2. Ga bij zonsopgang of -ondergang dieren bespieden en maak daarvan een verslag. Zorg ervoor dat je goed gecamoufleerd bent en gebruik sluipmethoden om dichterbij te komen. Laat ook aan je ploeg zien hoe je dit gedaan hebt.
3. Haal uit de natuur vijftien eetbare planten en geef aan welk deel van de plant eetbaar is (blad, wortel, vrucht, bloem, zaden) en hoe je dit moet bereiden. Geef ook antwoord op de vraag op welke manier je kunt vaststellen of planten eetbaar zijn.
4. Maak zelf een vistuig en vang hiermee minimaal één vis. Maak deze vis schoon en bereid deze. Als je vegetariër bent, bereid je een andere maaltijd met producten uit de natuur. Bereid je maaltijd op een primitieve manier. Kook bijvoorbeeld op houtvuur waarbij je alternatieven voor pannen gebruikt, kook met behulp van een Dutch oven of maak gebruik van Hobo of Freezerbag cooking.
5. Kies een geschikte plaats voor een houtvuur. Vertel wat de nadelen van een grondvuur zijn en hoe je schade aan de grond voorkomt. Vertel ook in wat voor soort gebieden je nooit op de grond mag stoken en waarom. Maak een houtvuur aan zonder gebruik te maken van lucifers of een aansteker.
6. Voer één van deze activiteiten uit:
  - Vlecht een mand van wilgentenen.
  - Spin wol en brei er iets van.
  - Weef een lap van katoendraden.
  - Maal je eigen graan en bak hierna een brood.
7. Demonstreer hoe je eenvoudige verwondingen met weinig hulpmiddelen en/of producten uit de natuur kunt verzorgen.
8. Kies een van de volgende opties:
  - Houd met eenvoudig kampeermateriaal een weekendkamp in de periode december-maart. Demonstreer hoe je met simpele middelen warm en gezond blijft tijdens zo'n winterkamp.
  - Houd met eenvoudig kampeermateriaal een weekendkamp in onbekend gebied. Verzamel zoveel mogelijk je eigen voedsel en kook op houtvuur. Voor vertrek breng je het terrein weer in de oorspronkelijke staat terug.
  - Bouw met een minimum aan hulpmiddelen een vlot waar je op kunt slapen en leg daarmee een tocht af door onbekend gebied. Verzamel zoveel mogelijk je eigen voedsel en kook op houtvuur.