



Dit boek is van:

---

---

---



Als ik buiten ben, vind ik  
dit het mooist om te zien of het  
leukst om te doen:

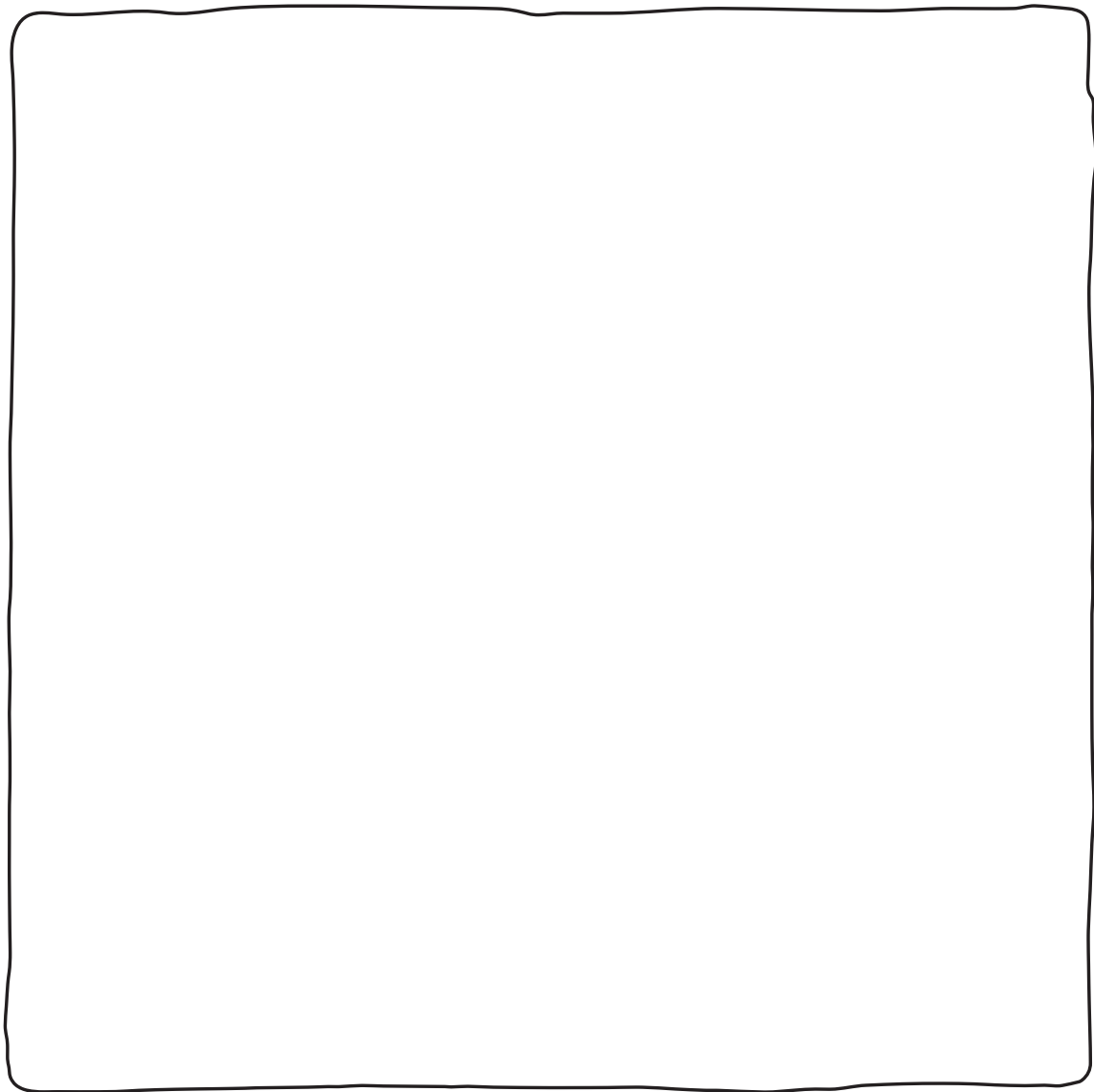
---

---

---

---





Jitske van Dieren-Geertsema

# NATURE JOURNAL

ontdek 

& verwonder  
& geniet 

VAN GODS SCHEPPING

 ark media



## **Nature journal**

*Ontdek, verwonder & geniet van Gods schepping*

Jitske van Dieren-Geertsema

ISBN 9789033833731

NUR 223

Tekst en illustraties: Jitske van Dieren-Geertsema

Boekverzorging: Marjoke Knoop-Geertsema | Zijdiezijn

De bijbelteksten in deze uitgave zijn, tenzij anders vermeld, ontleend aan de Bijbel in Gewone Taal © Nederlands-Vlaams Bijbelgenootschap 2014.

© 2025 Ark Media

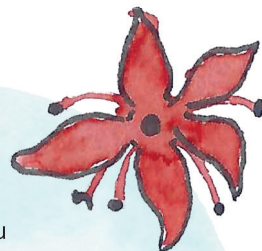
Onderdeel van Jongbloed Christelijke Media – Leeuwarden

Alle rechten voorbehouden.

[www.jongbloedmedia.nl](http://www.jongbloedmedia.nl)



Wat leuk dat je dit boek  
in handen hebt!



**M**isschien ben je vaak in de natuur te vinden of misschien hou je gewoon van tekenen of onderzoeken, of allemaal tegelijk. Dit boek helpt je om te zien én te ervaren hoe prachtig God de natuur gemaakt heeft en we zijn heel blij dat dit boek er is. Het is ontstaan in samenwerking met ons, A Rocha Nederland, een beweging van christenen die willen zorgen voor Gods schepping. We hebben ontdekt dat hoe meer je in de natuur bent en al je zintuigen gebruikt, hoe meer je ontdekt en hoe meer je je verwondert. En wat je bijzonder vindt, daar wil je goed voor zorgen.

Veel plezier met dit boek!

Annemarthe Westerbeek,  
A Rocha Nederland

**A ROCHA**  
NEDERLAND



#### OVER A ROCHA

OM SAMEN MEER OVER DE SCHEPPING  
TE ONTDEKKEN EN GOED VOOR HAAR  
TE ZORGEN, ORGANISEERT A ROCHA  
REGELMATIG NATUURWERKDAGEN,  
EXCURSIES, CLEANUPS (ZWERFAFVAL  
OPRUIMEN), WEEKENDEN EN VAKANTIES.  
OOK HEBBEN WE EEN KIDSPAGINA OP ONZE  
WEBSITE MET LEUKE OPDRACHTEN.

ALLE INFO VIND JE OP [AROCHA.NL](http://AROCHA.NL).

# Inhoud

Een Nature Journal	9
Dit heb je nodig	10
Ga journalen	12
Maak een tekening	14
Snelle schets	15
Half blinde-contourschets	16
Schaduwschets en overtrekken	17
Afdruk	18
Kleuren vangen met een kleurenpalet	20
Alles heeft een naam	22
<b>LENTE</b>	25
Naar buiten	26
Gele magneet	28
Groene bommetjes	30
Puzzelstukjes	32
Het hoogste lied	36
Geniet er maar van	38



## ZOMER

Een pluim voor jou!	43
Strandschatten	44
Geen blad gelijk	48
Open en gesloten boekje	50
Fleurige kleuren	52
Ontelbaar	54
	56

Extra ruimte	60
--------------	----

## HERFST

Herfstkleuren	63
Een boog in de wolken	64
Bomen met verhalen	66
Bosvondsten	68
Paddenstoelen	70
Kleuren vangen	74
	76

## WINTER

Geen ulok gelijk	81
Wintergroen	82
Veilig opgeborgen	84
Kijk naar de vogels	88
Zie de maan schijnt	90
Kleurbommetjes	92
	94





psalm 148:9

"Looft de Heer...  
het hout dat vrucht draagt!"

Prachtige structuren  
en patronen in deze  
appels van de  
lariks.



# Een Nature Journal

**D**it boek is jouw Nature Journal. Met dit boek ga je naar buiten en de natuur ontdekken. Door al je zintuigen te gebruiken, kun je goed waarnemen. Je ontdekt vormen en kleuren die je eerst niet zag. Alles wat je ontdekt, kun je vastleggen in dit boek. Dit doe je met makkelijke tekeningen, door kleuren te vangen, verhaaltjes te schrijven en nog veel meer. Hopelijk ontdek je veel, ga je je verwonderen en steeds meer genieten van Gods prachtige schepping.

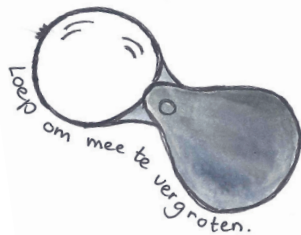
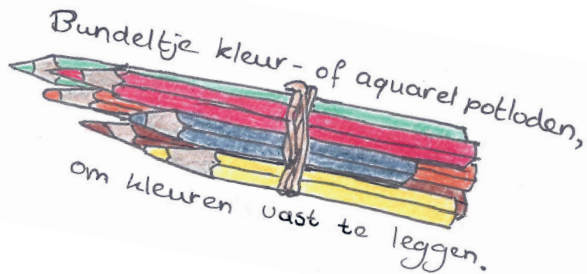
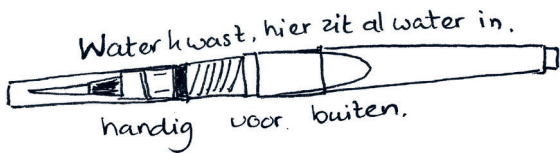
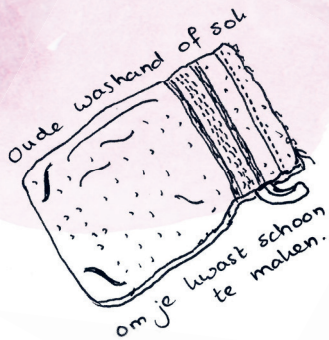
Aan de slag!  
Jitske



## Dit heb je nodig

**J**e gaat naar buiten en neemt je Nature Journal mee. Je gaat zoveel mogelijk buiten aan het werk. Het is fijn om je Nature Journal en de andere materialen die je nodig hebt in een makkelijke (rug)tas mee te nemen. Hieronder staat wat je allemaal kunt gebruiken.





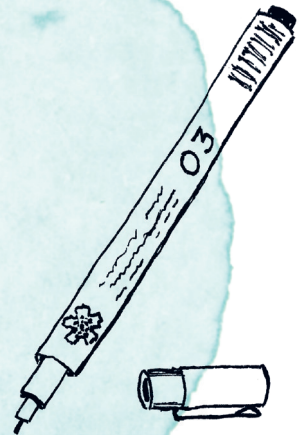
## Ga journalen

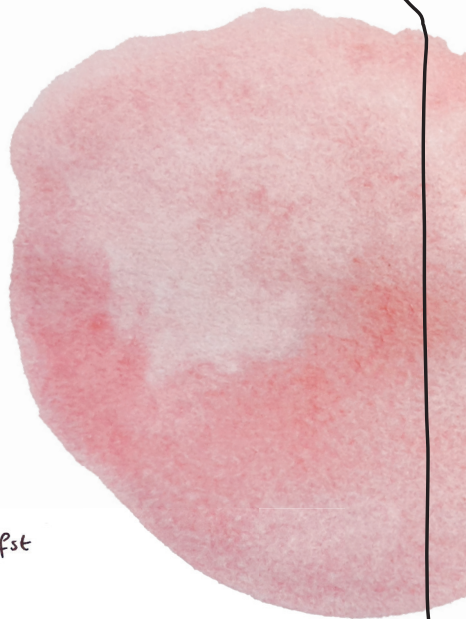
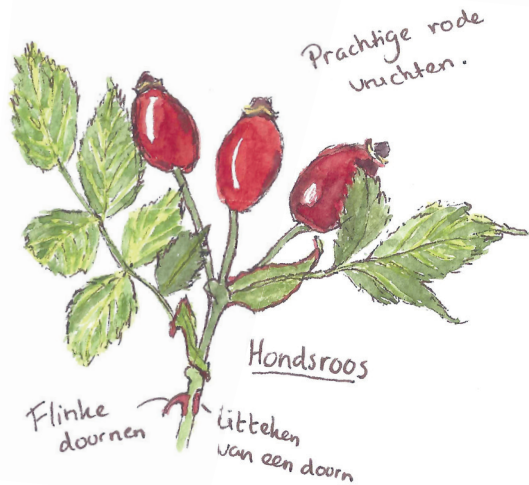
**O**ver alles wat je waarneemt, wat je ziet, voelt, hoort, ruikt en proeft kun je kleine verhaaltjes verzinnen. Deze verhaaltjes schrijf je in je Nature Journal. Door te schrijven, ontdek je nog meer en maak je je eigen natuurverhaal.

Je schrijft met een potlood of pen. Een watervaste pen is fijn voor als je waterverf of aquarelverf gebruikt. Schrijf met je eigen handschrift. Of gebruik een speciaal lettertype, dat geeft ook een leuk effect. Een verhaal krijgt extra aandacht met een rand eromheen.

Hier staan een aantal dingen die je er altijd bij kunt schrijven:

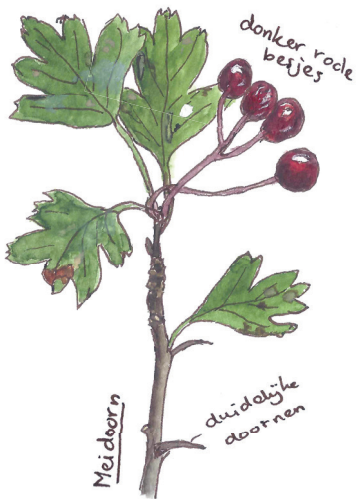
- 📎 De datum en het weer. Je Nature Journal is ook een soort natuurdagboek.
- 📎 Met wie je was en waar je was.
- 📎 De dingen die je mooi vindt, waar je blij van wordt en dankbaar voor bent.
- 📎 Wat je hebt ontdekt: geuren, geluiden en smaken.
- 📎 Vragen die je hebt.





25-sept

De kleur rood in de Herfst



# Maak een tekening

**A**ls je tekent ontdek je meer. Je kijkt eerst goed naar de vorm, de structuur en hoe groot iets is. Je laat je hoofd en handen samenwerken. Het gaat er niet om dat je mooie tekeningen maakt. Het gaat erom dat je bewust wordt van wat je ziet. Zorgt de tekening voor een glimlach op je gezicht? Dat is goed. 😊

- Als je buiten bent, is het fijn als je een makkelijke tekening kunt maken in je Nature Journal. Er is altijd wel een bankje, een steen of boomstronk om op te zitten, maar staan kan ook.
- Is het buiten te koud of te nat? Neem dan de natuur mee naar huis. Dat kan door met een schaarje iets af te knippen en het mee te nemen. Of zorg voor een paar stukjes krantenpapier of wc-papier waar je iets in kunt vouwen.
- Wil je een bloem of blad drogen? Vouw het dan in een papiertje en leg het in dit boek. In het midden van dit boek is een speciale plek om dit te doen.

Je leert nu vier manieren om te tekenen. Bij elke tekentechniek hoort een symbool. De symbooltjes komen ook terug in dit boek. Je kunt op de volgende pagina's de uitleg bij de tekentechnieken vinden.



Snelle schets



Half blinde-contourschets



Schaduwsschets



Afdruk

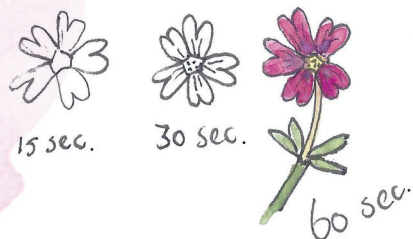
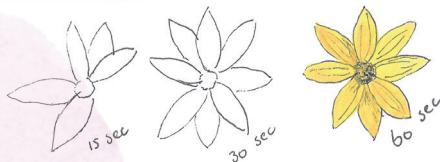




## Snelle schets

**J**e maakt drie tekeningen van iets kleins.  
Kies iets makkelijk. Voor elke tekening  
krijg je steeds iets meer tijd.

1. Zet een timer, je maakt de eerste tekening in 15 seconden. Dat is heel kort.
2. Teken hetzelfde nog een keer. Je doet er nu 30 seconden over. Let op de dingen die opvallen.
3. Je tekent het nog één keer in 60 seconden. Het gaat waarschijnlijk steeds beter en je ontdekt nieuwe details.
4. Maak een kleurenpalet en kleur de laatste tekening. Hoe je een kleurenpalet maakt, lees je verderop.
5. Ga journalen.



snelle schets van Beemdooie vaarsbek

Geranium pratense