

NIEUWSFLITS



Beste stiltevriend(in), welkom bij het lezen van een Nieuwsbrief over de dertiende editie van de Dag van de Stilte die dit jaar op zondag 29 oktober gaat plaatsvinden.

Stilte-activiteiten in oktober



Op de [website](#) van de Dag van de Stilte staan al veel stilte-activiteiten die in oktober plaatsvinden rondom en tijdens de Dag van de Stilte. Dagelijks komen er nieuwe activiteiten bij dus neem vooral regelmatig een kijkje op de site. Voor de organisatoren is het fijn als dedeelnemers zich ruim van tevoren aanmelden.

We nodigen je graag uit om ook zelf ook een stilte-activiteit te organiseren. Je kunt je activiteit gratis aanmelden via het [aanmeldformulier](#) op de site en

Wij zorgen ervoor dat jouw bij het aanbod van stilte-activiteiten komt te staan.

(Foto uit [stilte expositie fotoclub Berkelland](#) te bekijken van 6 t/m 29 oktober in de Kluntjespot te Haarlo)

Stiltebeleving in de Natuur



Dit jaar vragen rondom de Dag van de Stilte extra aandacht voor de grote waarde van stilte-beleving in de natuur. In ons land bestaan vele natuurorganisaties die zich inzetten voor de natuur, natuurbehoud en natuureducatie.

Er bestaan inmiddels ook vele mooie initiatieven op het gebied van **stilte en natuurbeleving**.

organisaties die zich actief bezighouden met stiltebeleving in de natuur zijn o.a. [Staatsbosbeheer](#), [Natuurmonumenten](#), [IVN](#) en [Wandel.nl](#) (een onderdeel van de Koninklijke Wandelbond Nederland). Stiltebeleving in de natuur kun je ook al thuis ervaren met deze leuke website [natuurgeluid](#).



Stiltegebieden in Nederland (Bron: Atlas Leefomgeving)

Stiltegebieden

In ons land telt elke provincie tientallen speciale stiltegebieden. Die zijn belangrijk voor mens en dier. Wij hebben om diverse redenen behoefte aan plekken waar nog rust heerst. Stille, groene gebieden kunnen ons bijvoorbeeld helpen om te herstellen van stress. Bij voorkeur zijn zulke gebieden dicht bij huis te vinden. Ook rustige plekken in de stad zijn daarom belangrijk. Ca. 650 duizend hectare van Nederland is aangewezen als stiltegebied. Ruim de helft hiervan ligt in de Waddenzee en de Zeeuwse wateren. In stiltegebieden overheersen natuurlijke geluiden. Provincies leggen de grenzen van stiltegebieden vast in provinciale milieubeleidsplannen. Het streven is om de geluidbelasting in stiltegebieden lager te houden dan 40 decibel. Voor activiteiten in een stiltegebied die lawaai maken, moet ontheffing aan de provincie gevraagd. Wil je weten waar je rustig kunt fietsen of wandelen? Bekijk de [stiltegebieden op de kaart](#).

Schrijf & Win actie



Beschrijf een stilte-ervaring, een gedicht of verhaal over stilte en maak kans op de [BosbadBox](#) samengesteld door Eefje Ludwig en uitgegeven door uitgeverij Samsara. Deze box nodigt je uit om de natuur op een verrassende en andere manier te beleven. In de Bosbadbox vind je een kaartenset met 30 inspirerende oefeningen, een (zak)boekje en een dagboek waarin je over je natuurervaringen kunt

schrijven. **Stuur jouw tekst voor 26 november a.s. [per mail](#)** naar ons toe. Zondag 3 december maken we de winnaar bekend via onze [site](#)

Nacht van de Nacht



Tijdens de Nacht van de Nacht vinden er door het hele land evenementen in het donker plaats. En honderden bedrijven en gemeenten doven lichten van gebouwen en reclameverlichting. Er is in ons land veel lichthinder en energieverspilling. Door deze lichtvervuiling raakt het ritme van mensen en dieren verstoord.

De Nacht van de Nacht wordt al 19 jaar georganiseerd door de Natuur en Milieufederaties. Hun slogan is: Laat het donker donker en ontdek hoe mooi de nacht is tijdens de Nacht van de Nacht! Meer informatie over de Nacht van de Nacht en de activiteiten lees je [hier](#).

Hoort, zegt het voort!

Op de [website](#) Dag van de Stilte vind je PR materialen om te downloaden en vrij mag gebruiken voor promotie van de Dag van de Stilte. [PR middelen downloaden? Klik HIER](#)