

De Tuinfluiter



AGENDA

(Onder voorbehoud)

Algemene Ledenvergadering
zie aankondiging via nieuwsbrief

Open Tuindag
21 augustus

G.de Vries 
IJzerwaren-Gereedschappen
Tuinartikelen-Sleutelservice
Voor leden 15% korting
Rijksstraatweg 96-98 - 2022 DD Haarlem
Tel. 023 538 05 44



Een mooi contrast. Op de foto boven brengen drie dames van ZaaiGoed tijdens hun wandeling een bezoekje aan de fraaie rotstuijn van familie De Winter. Naast het blauwe Zenegroen heeft vooral het frêle 12-godenkruid op de voorgrond hun aandacht. Misschien denken ze wel aan het warme Griekenland, aan de berg Olympus waar de 12 oppergoden wonen? Op de foto hiernaast doet Jan Woudwijk een aanval op de voet van *Malus x purpurea*. Leks kijkt toe en heeft kennelijk zijn bedenkingen. Door de nieuwe overkapping van het terras moest de boom, na een korte periode als statafel gediend te hebben, wijken. *Foto Sjoeke*



Grondzorg

Als je stopt met tuinieren, moet je je tuin "zwart" opleveren. En dat betekent dan dat de nieuwe tuinder zijn vierkante meters naar eigen inzicht kan indelen. Een mooi zwart gespit akkertje dus, waar alles weer opnieuw kan beginnen. Maar grond die niet wordt ingezaaid of beplant en braak blijft liggen loopt de kans uit te drogen of door regens dicht te slaan. Bovendien zullen er binnen de kortste keren allerlei onkruiden gaan groeien.

Het is dus zaak de grond bedekt te houden. Ook als er tijdens het seizoen open plekken in de moestuin ontstaan, bijvoorbeeld na het rooien van aardappels. In dat geval kan je er voor kiezen om groenbemesters in te zaaien.

Behalve dat je hierdoor de groei van onkruid tegengaat, bereik je hier ook een verhoging van het stikstofgehalte in de grond mee. Vlinderbloemige soorten zoals lupine (geel en blauw), alfalfa en klaver zijn daarvoor goed te gebruiken. Verder natuurlijk Phacelia en komkommerkruid of Borage en boekweit (in trek bij de bijen) Deze planten sterven in de winter af en kun je onderspitten of als mulch gebruiken.

Onder mulchen verstaan we het aanbrengen van een laag organisch materiaal op open plekken. Ook zeer aan te raden onder kleinfruit om het oppervlakkige wortelstelsel vochtig te houden. Onder de laag ontstaat een luchtige, humusrijke bodem die rijk is aan bacteriën.. Het ontstaan van onkruid wordt tegengegaan. Het is de bedoeling dat de mulchlaag langzaam door wormen en insecten de bodem in wordt gewerkt, zodat er een prima bovenlaag ontstaat.

Verschillende materialen zijn geschikt om als mulch te gebruiken. Boomschors en houtsnippers zijn goed te gebruiken onder bijv. bosbessenstruiken en frambozen omdat die goed gedijen in een wat zure grond.

Natuurtuin en ecologisch beheer bij ZWN

In april en mei was de toekomst van de Natuurtuin een van de onderwerpen van de Bestuursmededelingen in de wekelijkse Nieuwsbrief. De kennisgroep Natuurvriendelijk Tuinieren (bestaande uit Trees van Gastel, Joke Groskamp, Marjolijn Sondorp en Corry Teichmann) was uiteraard zeer benieuwd naar de plannen van het bestuur. Om hierover meer duidelijkheid te krijgen hebben we inmiddels een gesprek gehad met de voorzitter en enkele bestuursleden.

De voorzitter legde uit dat het bestuur via de Nieuwsbrief graag een gesprek met de leden wilde starten om de meningen van de tuinders te horen. Het bestuur vindt met ons dat de manier waarop dat gebeurde helaas een beetje ongelukkig was. Het gesprek met de tuinders is wel zeer wenselijk. Dat is in deze tijd wel wat moeilijk te organiseren, maar er is ook geen haast bij. We hebben in ons gesprek samen naar het verleden en de toekomst gekeken.

Het bestuur is een groot voorstander van natuurvriendelijk tuinieren en geeft hierover ook informatie aan kandidaat-tuinders bij de inschrijfgesprekken. Zij leiden de nieuwe leden rond over het tuinencomplex en langs alle natuurprojecten en besteden daarbij ook aandacht aan de natuurwandeling (brochure geschreven door de kennisgroep). Het bestuur is blij met het werk van de kennisgroep en ondersteunt dit ook financieel: er is in de begroting een apart budget voor projecten op het gebied van natuurlijk tuinieren, waar we uiteraard zeer zorgvuldig mee omgaan. Kortom, een positief gesprek met de zekerheid dat de natuurtuin een mooie toekomst tegemoet gaat.

Op ons tuinencomplex zijn een aantal tuinen vrijgemaakt om de natuur meer

kans te geven, om bijen en vlinders een rustige plek te geven en om kinderen de natuur te laten beleven. Dat zijn de Heemtuin, de Natuurtuin, de Bijen- en Vlinder-tuin en de Natuurspeeltuin.

Maar voor zowel de kennisgroep als het bestuur staat het ecologisch beheer van het hele volkstuintenpark voorop. Het keuringsrapport van het AVVN geeft goede aanknopingspunten om dit te realiseren. De natuurtuin is daarbij als voorbeeldtuin één van de middelen om het doel te bereiken. Een ander middel is het beleidsplan en de praktische uitwerking daarvan door de verschillende commissies. Voor het Algemeen Werk is bijvoorbeeld een werkwijze nodig die meer gebaseerd is op ecologisch beheer. Je zou daarbij kunnen denken aan cursussen voor leden van de tuincommissie of de kennisgroep/werkploeg AW.

Daarnaast kunnen we vast verklappen dat we in de natuurtuin meer plaats willen maken voor o.a. vaste eetbare planten en bloemen. We hopen daarmee nog beter informatie te kunnen geven over natuurlijk tuinieren. In de heemtuin komen op termijn bovendien meer inheemse planten in plaats van de exotische planten die hier eigenlijk niet thuishoren.

Dat is natuurlijk niet allemaal in één seizoen te realiseren, maar we houden iedereen op de hoogte van de voortgang! En vind je het leuk om een handje mee te helpen in plaats van je Algemeen Werk taak? Meld je dan aan via natuurvriendelijk@zwn-volkstuinten.nl

Graag tot ziens!
Joke Groskamp

Foto: smeerwortel Natuurtuin





Voorkom tekenbeet

1. Gebruik DEET

Smeer jezelf in met DEET. De kans op tekenbeten wordt hierdoor kleiner.

2. Blijf op de paden

Misschien heb je wel eens gehoord dat teken zich vanuit bomen op mensen laten vallen. Dat is niet waar. Tekenen zitten vooral in het struikgewas, tussen bladerlagen en in hoog, schaduwrijk gras.

3. Draag lichtgekleurde, huidbedekkende kleding

Als je lichtgekleurde kleding draagt, valt een teek snel op en kun je hem verwijderen voor hij onder je kleren kruipt.

4. Trek Bugsox aan

De sokken zijn geïmpregneerd, waardoor de teek bedwelmd raakt en zich niet vastbijt.

5. Controleer jezelf zodra je thuiskomt

Ondanks al je inspanningen kan een teek toch besluiten met je mee te reizen. Controleer jezelf daarom altijd direct bij thuiskomst. Wacht niet tot je onder de douche staat, want dan heeft de teek meer tijd om zich vast te bijten.

Controleer de warme plekken van je lichaam extra goed, zoals je liezen, bilspleet en oksels. Ook is het goed de randen van je ondergoed te onderzoeken en net onder je haargrens in je nek te kijken. Tekenen zijn erg klein. Als je het niet kunt zien, kun je een spiegel en een loep gebruiken.



Aandacht voor de vijver

Op een bewaakt ogenblik, maar men was net even te laat, viel deze peuter in de vijver bij de kantine. De aantrekkingskracht van het water was te groot en daar lag het kind tussen de goudvissen. De omstanders schrokken zich natuurlijk een hoedje, maar het bleef gelukkig beperkt tot een nat pak. Met een stapel theedoeken uit de kantine was het leed gauw geleden. Op de foto de vader, een regelmatig bezoeker van ZWN en zijn nog wat na-bibberend kind.



Zou het steeds groeiende aantal goudvissen in onze vijver komen door de goede verzorging? In ieder geval zorgt een net er voor dat de reiger geen kans meer heeft. En verder is er natuurlijk het prima werkende filtersysteem dat zorgt voor kraakhelder water. Op de foto is Hein bezig met reinigen van het apparaat.



De voorzitter:

Inmiddels hebben we de tuinkeuring weer achter de rug en als het goed is heeft iedereen de uitslag gekregen. Om mij heen hoor ik wat gesputter in de trant van "Mijn tuin was goed, maar ik moest nog wat onkruid weghalen".

Een beoordeling zou je eigenlijk moeten zien als een presentje waarmee je geprezen wordt voor de goede zaken en als extra krijg je nog advies over een paar verbeterpunten en als je die in acht neemt gaat het zeker de goede kant op.

Ook is er nog werk in het bestuurstuintje en zeker met de Wet Bestuur en Toezicht Rechtspersonen, die op 1 juli dit jaar in werking gaat treden. Voor een groot gedeelte zijn we op orde, maar er zijn beslist nog wat aandachtspunten.

Er is gelukkig weer wat verruiming gekomen met de Corona-maatregelen en ook de vooruitzichten zijn gunstig, maar we zijn er nog niet. Blijf kritisch en gezond,
Jan



Basisschool "De Pionier" krijgt les op de volkstuin



Op 15 april bracht groep 8 van de Pionier, een school uit Velsbroek een kort bezoek aan ons complex.

Dit bezoek werd via de zoon van Ans van Weel geregeld.

Martien werd gevraagd de kinderen iets te vertellen over de soorten tuingrond die wij gebruiken op de tuinen. Hij demonstreerde oa. het kweken van plantjes in halve toiletrolletjes: aarde erin, zaaien, water en na verloop van tijd de tuin in.

Ook op de diverse tuinen, oa. bij Hans van Dijk en Ans kregen zij tekst en uitleg. De kinderen vonden het allemaal boeiend. Na het nuttigen van de limonade en een presentje van Ans ging de groep weer richting school.

Het was een leuke en leerzame middag.

Martien van Woerkom, Ans van Weel



Pas op! Een insect!

Door het artikeltje over tekenbeten bent u misschien geneigd om insecten maar op zo groot mogelijke afstand te houden. Voor teken, wespen en muggen is dat ook verstandig. Hoewel, een hommelm, bij of wesp is niet op zoek naar u, ze zijn niet geïnteresseerd in bloed.

Bij sommige mensen is de angst voor zoemende, fladderende, kruipende en kriebelende diertjes zo groot dat men onmiddellijk op de vlucht slaat of de spuitbus pakt.

De luizen op uw rozenstruik leggen inderdaad onmiddellijk het loodje, maar jammergenoeg de juist passerende vlinder, lieveheersbeestje of hommelm ook. En de insecten hebben het al zo moeilijk, de aantallen lopen onrustbarend terug. En daarmee het aantal vogels die leven van insecten.

Een paar eenvoudige acties om meer en betere leefgebieden voor insecten te maken:

1. Gebruik geen gif

Veel mensen gebruiken gif alleen omdat de tuin er dan wat mooier uitziet. Niet omdat ze voor hun eten of inkomen ervan afhankelijk zijn. Er zijn prima gifvrije alternatieven.

2. Inheemse planten

Er zijn uitzonderingen, maar meestal hebben insecten meer aan inheemse, wilde soorten in de tuin dan aan uitheemse soorten.

3. Graslandje

Reserveer een klein stukje van uw grasveld voor de insecten; stop daar met maaien. Laat groeien wat uit zichzelf opkomt, laat blaadjes en fruit liggen. Insecten gebruiken alle mogelijke oude en nieuwe delen van de plant.

4. Voorkom insecten-angst bij kinderen

Het eerste wilde dier dat een klein kind ziet is meestal een insect. Als een volwassene het kind dan angst aanpraat, blijft die emotie vaak hangen. Als kinderen daarentegen op jonge leeftijd snappen wat insecten waarom doen en er geen angst voor ontwikkelen, is dat een levenslang geschenk.

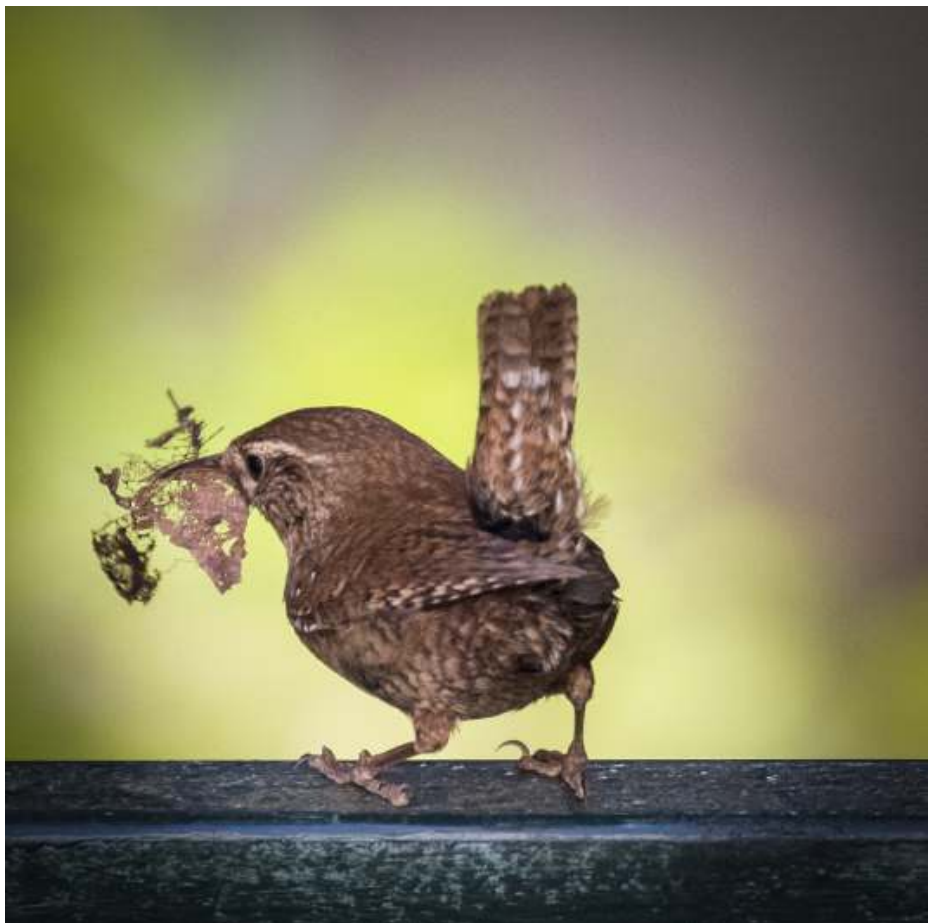
DS



Aangetroffen op M24: wandelende Wilgenhoutrups, 10cm lang, vingerdik. 9 mei. foto DS

Zonder dat ik er iets van merkte, heeft Winterkoning een nest onder de dakrand van mijn tuinhuisje gebouwd. Het ligt verscholen tussen de bladeren en takken van de klimhortensia. Dat komt, hij gaat heel tersluiks te werk: vliegt een paar meter terzijde van het nest in het struweel en gaat dan binnendoor naar de bouwplaats. Een ingenieus gebouw, bolvormig nestje. En hij maakt er niet een, maar meerdere. In afwachting welke door de winterkoningin wordt uitverkoren. Gelukkig is dat dus die in mijn tuin. Ik kijk met plezier naar het brengen van kleine insecten naar de winterprinsesjes en -prinsjes.

DS



Wat te doen bij bewusteloosheid? De AED in de praktijk

Als iemand niet meer reageert op aanspreken, prikkels is hij bewusteloos. Als blijkt dat er ook geen ademhaling is moet er gereanimeerd worden aangezien er een stilstand in de bloedsomloop is.

Er zijn vele oorzaken, maar de meest voorkomende is dat het hart fibrileert. Er is geen pompwerking, terwijl de hartspier wel activiteit vertoont. Het hart is een holle spier die bestaat uit 2 boezems, die het bloed ontvangen en doorgeven aan 2 kamers, die het bloed door het lichaam sturen. De spieren van de boezems en kamers worden door regelmatige prikkels aan het werk gezet.

De eerste hulp is het alarmeren van de hulpdiensten en reanimatie, die bestaat uit uitwendige hartmassage in combinatie met ademhaling en heeft als voornaamste doel, dat de hersenen zuurstof krijgen.

Het fibrileren van het hart kan worden verholpen door een stroomstoot door het hart te geven zodat het fibrileren ophoudt en het hart haar normale ritme terugkrijgt.

Nadat de reanimatie is gestart kan een AED worden aangesloten. Er zijn vele merken, maar de basiswerking is hetzelfde. Onze AED begint te werken nadat de klep is geopend. Hij geeft instructies hoe te handelen. Aan het toestel zitten 2 elektrodenplakkers, die direct op het lichaam moeten worden geplakt, dusdanig dat het hart er tussen ligt. Zodra de plakkers goed zijn aangebracht geeft hij aan, dat de reanimatie moet worden onderbroken en de AED gaat meten of er elektrische activiteit is. Als er een fibrillatie wordt geconstateerd gaat het apparaat opladen en geeft een schok.

In andere gevallen wordt er geen schok gegeven en in beide situaties moet de reanimatie weer worden hervat en **dit apparaat geeft het tempo van de reanimatie aan**. Elke 2 minuten wordt er een meting uitgevoerd.

Bij een reanimatie zonder AED zal de ambulance na ca 10 minuten aanwezig zijn en is de overlevingskans ongeveer 10%. Met het inzetten van de AED is de overlevingskans stukken groter.

Acties:

1. Bel hulpdienst **112**
(Adres: Van der Aartweg of Slaperdijk)

Zorg voor assistentie

Stuur iemand naar het toegangshek

2. Blijf bij de patiënt

3. Stuur iemand naar Maluslaan 14 (EHBO-post, als daar de vlag uithangt) en vervolgens

4. naar de bestuurskamer (heksleutel meenemen) om het AED-apparaat op te halen.



Leer reanimeren

Bij een goede reanimatie is de kans op overleven van het slachtoffer aanmerkelijk hoger. Reanimatiecursussen zijn gericht op het aanleren van de vaardigheden die noodzakelijk zijn om de kwaliteit van de reanimatie te verbeteren. U moet niet alleen weten wat u moet doen, maar ook tot actie durven overgaan. **(reanimatieraad.nl)**



Wilma Overbeek van Zaaigoed en Jan Levers in het halletje van de bestuurskamer waar ze zojuist de AED hebben opgehangen.



ENGELCHOR SCHILDERWERKEN

Wandafwerking – Glas – Houtrotreparaties (Repair Care)

U kunt ons bellen of mailen voor een vrijblijvende offerte: 06 – 536 763 57

Engelchor.schilders@gmail.com

Deze ken ik wel-quiz



Wat zijn de namen van deze bij ZWN veel voorkomende planten/struiken? Antwoorden op blz. 11

Stippie Steve

Er is een vogel in de tuin. Hij is helemaal beklekt. Daarom hebben wij een bijnaam bedacht. Hij heet "Stippie Steve"
Stippie = omdat hij helemaal beklekt is en
Steve = een leuke naam. Dus als je hem ziet roep dan even: "Stippie Steve!"

Teun Klungel (9)

De tekening is van vader Johan

NB: Deze afwijking heet "Leucisme" Het komt vaker voor bij merels, maar ook bij andere dieren zoals eekhoorns en goudvissen.



Het stokje is doorgegeven aan:

Het wel en wee van Lijsterbes 2 (A)

Wij zijn Suus en Yvon. Al meer dan 30 jaar vriendinnen. We hebben elkaar leren kennen via volleybal. Sinds november 2019 hebben wij de hoektuin op de Lijsterbeslaan/Maluslaan.

Suus houdt meer van de bloemen, vogels, vlinders, en bijen en Yvon is meer van groente en fruit telen. Een prima combi zoals we ervaren.

Bij onze start was de tuin qua planten geheel leeg, met een kas en een huisje wat op instorten stond. Bij slecht weer hebben we de nodige tijd in de kas doorgebracht

bij gebrek aan een waterdicht huisje. In februari 2020 hebben wede eerste bakken voor de groenten gemaakt en geplaatst. Het voorjaar was prachtig waardoor wij veel konden realiseren in coronatijd, want andere sociale bezigheden waren niet mogelijk.

We kwamen als snel tot de conclusie dat



tuinieren zonder water voor onze dorstige p-

lantjes een uitdaging was. De pomp die eigenlijk pas dit jaar op de wensenlijst stond is toch eerder aangeschaft. Samen met partners vrienden hebben we in de zomer van 2020 een nieuw huisje geplaatst.

In de loop van afgelopen jaar konden we gaan oogsten en dat viel zeker niet tegen voor het eerste jaar. Van appels tot bietjes, van uien tot tomaten. We genieten ervan!

Dit jaar draaien we mee in de winkel om zo ons steentje bij te dragen en andere tuinders te leren kennen.



Skaeve Huse

Er komen zes wooneenheden naast het crematorium aan de Vergierdeweg voor mensen met aanpassingsmoeilijkheden. ZWN ligt in de nabijheid maar voorziet geen problemen, voornamelijk door gemeentelijke randvoorwaarden rondom veiligheid en voorkomen van overlast:

- in samenspraak met de beheerder, politie en omgeving wordt een beheersplan gemaakt. Het plan moet ook toezien op een veilige fietsroute van en naar de sportclubs

- de gemeente huurt een beveiligder in die toezicht houdt op de woonvoorziening en

de omgeving en die ingrijpt bij ongeregelheden in de omgeving. Na een periode van 6 maanden wordt een evaluatie gehouden en wordt beoordeeld of de beveiliging op de locatie kan worden gereduceerd tot dagelijks toezicht in plaats van 24 uur per dag.

- door groen, water of een hekwerk wordt gezorgd voor een barrière tussen Skaeve Huse en de openbare ruimte.

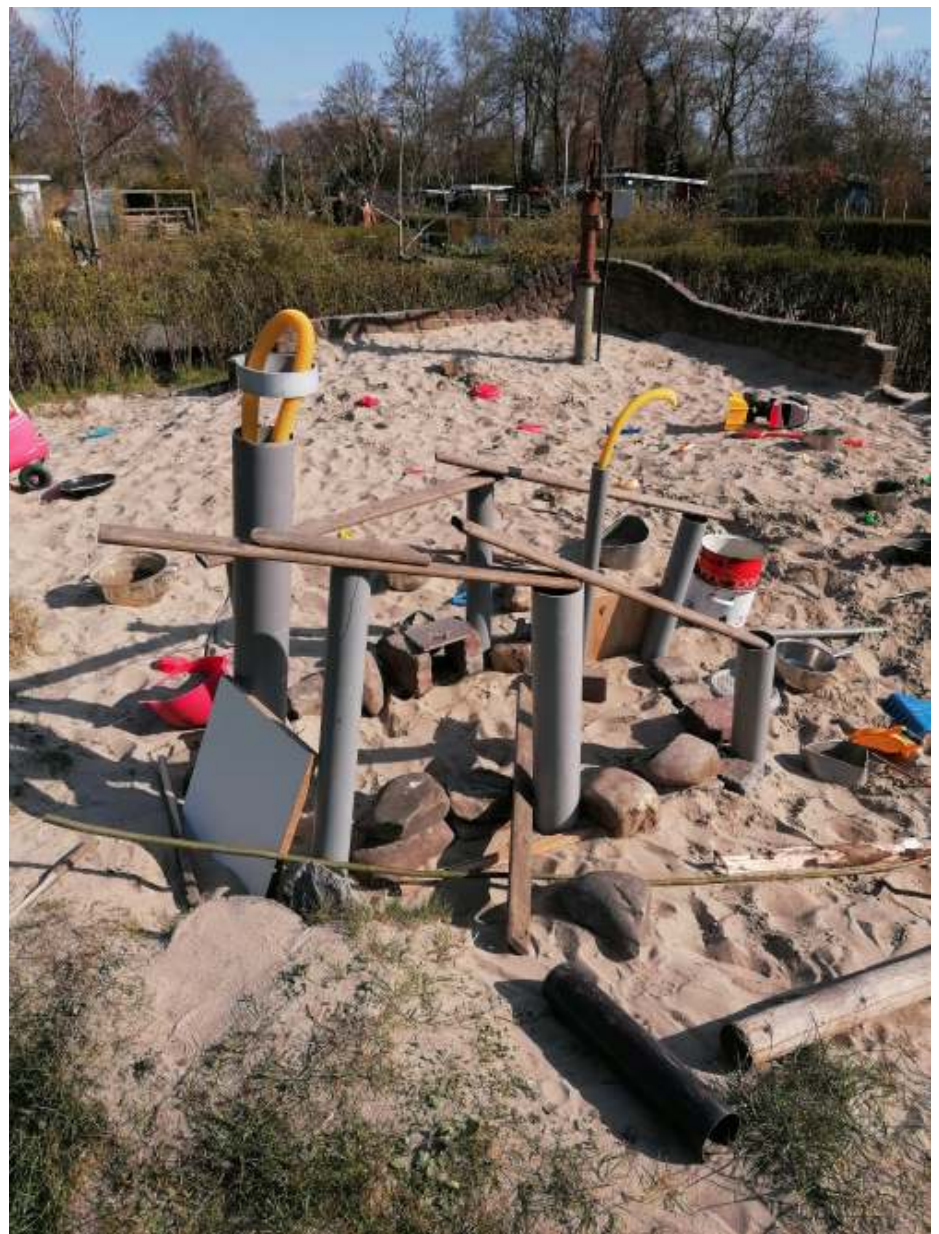
- Geluidsoverlast voor het naastgelegen crematorium wordt zoveel mogelijk voorkomen. Bijvoorbeeld door het plaatsen van een geluidwerende afscheiding.



De houten plantenbakken op Voorplein moesten worden vervangen. De nieuwe op de voorgrond staat klaar om beplant te worden terwijl Feija bezig is de oude op te ruimen. Foto Sjoeke



Cecile, deelnemster van Zaaigoed, snijdt shiitakes van het kweekstammetje. Na even opbakken met wat kruiden kon er heerlijk van gesmuld worden - Foto: Sjoeke



Ad trof het zoveelste voorbeeld aan van hoe een natuurspeeltuin met losse materialen de creativiteit van kinderen stimuleert. Veel opa-en-oma-tuinders amuseren zich hier met hun kleinkinderen. Maar ook omwonenden kan je hier op een zonnig dagje tegenkomen. Foto Ad



"Houd je boom in toom!"

In het zonnetje gezet

De naam zegt het al. Zonder Werken Niets. En er wordt hard gewerkt zowel in de tuinen als daaromheen. Er zijn vele mensen, die hun steentje bijdragen en wij willen in de komende Tuinfluiters enkele leden in het zonnetje zetten.

HENK VAN SCHAGEN

Het tuinieren is er bij Henk al met de paplepel ingegoten. Zijn vader werkte bij de Hoogovens en na het werk ging hij tuinieren. En Henk ging als 6 jarig jongetje al met hem mee naar de tuin. Voordat hij 14 jaar geleden lid werd van ZWN had hij met Christa een enorme grote tuin met water in Aalsmeer en hij laat met trots de bank en de tafel zien, die de vader van Christa zelf in elkaar heeft gezet.

Henk heeft het druk met het snoeien van de fruitbomen, ook die in de natuurtuin. Verder houdt hij de waterleiding in de gaten en is hij een van de vaste bezorgers van ons mooie kwartaalblad de Tuinfluiter. Een grote klus vorig jaar was het snoeien van de haagbeuken, dat hij samen met Gerard Soonius heeft geklaard. In het verleden was er een hele ploeg gezamenlijk bezig, maar dit jaar was er weinig belangstelling vanuit de leden om dit te doen. Bij navraag bij professionele bedrijven zou dit zeker een paar duidend euro kosten! Hij vertelde "Ik heb aardig wat verstand

van tuinieren en ik help de mensen graag, maar soms heb ik het idee dat mensen denken dat ik een tuinman ben die in dienst is van ZWN en het is me overkomen dat ik na uren buffelen om een hardnekkige stronk eruit te halen alleen een natte rug overhield. Er kon nauwelijks een bedankje af."

Henk zijn motto is: HOUD JE BOOM IN TOOM. Zorg dat je erbij kunt om de vruchten te plukken, anders is het voor de vogels!

Hij benadrukte, dat het voorperk van de tuin het visitekaartje moet zijn en zelf koopt hij elk jaar tulpebollen om de boel op te fleuren.

"Als ik sommige voorperken zie, dan jeuken mijn handen om er iets aan te doen en soms ga ik, uiteraard met instemming van de tuinder aan de gang !"

Zijn favoriete gereedschap is naast de snoeischaar een vork en een schone scherpe schep." Tuinbonen en sperziebonen ,daar heb je het hele jaar plezier van. Eerst het kweken, en na het oogsten ga ik ze blancheren en invriezen. De ene boon leent zich daar beter voor dan de andere. Je moet goed uitkijken welke soort je kiest." Dit seizoen had hij weinig succes en tot drie keer waren de stekken in de kas verrot, waarschijnlijk door de vorst, dus nog maar een keer in de herkansing. Op de tafel stonden stekken van pompoenen en courgettes, maar aangezien de

bladeren erg op elkaar lijken is het een verrassing wat er straks uit gaat komen.

Vroeger had een tuinder vrijwel alleen zwarte grond en als ik de huidige tuinders bekijk, dan zijn ze in de ban van de drie T's: *Timmeren , Tegelen en op de derde plaats Tuinieren.*

Henk zijn speciale aandacht is voor de bijen en zijn favoriet is de Hollandse Honingbij. Als ik vraag welke planten er nou geschikt zijn hoor ik de namen van Borage of Bernagie. Dit zijn lieve blauwe radvormige bloempjes waar de bijen dol op zijn en gekneusd smaken ze bijna als augurken, waardoor het ook wel de naam augurkenkruid draagt. Ook Phacelia en Boekweit behoren tot het favoriete eten van onze bezige diertjes.

Henk is een verenigingsmens en hij vindt het spijtig dat het verenigingsleven is verslechterd, zeker door de Corona. Hij kijkt met verlangen uit naar de activiteiten als die weer gehouden mogen worden zoals de pannenkoekendag en de Opentuinindagen.

Hij vind het jammer, dat het lijkt dat er weinig waardering is voor het werk dat de vrijwilligers in deze club doen. "Misschien is het een idee om die groep een keer per jaar een maaltijd aan te bieden, zoals dat bij de zeilclub waar ik voorheen lid was gebruikelijk was" *Jan Levers*

Eetbare (wilde) vaste planten - 7

Ook in deze Tuinfluiter weer een aflevering van deze serie. We vonden de volgende soorten voor u:

KLEINE VELDKERS (*Cardamine hirsuta*) is een 7-30 cm hoge, eenjarige plant uit de kruisbloemenfamilie (*Brassicaceae*). De planten zijn meestal groen, maar kunnen ook paars gekleurd zijn. De plant bloeit van februari tot juli. De 2-3



mm grote kroonblaadjes zijn wit op een groene stengel en ovaal van vorm. De tweeslachtige bloemen kennen zelfbestuiving. Hierdoor kan zich ook bij lage temperaturen (waarbij nog geen insecten actief zijn) zaad ontwikkelen. De kroonblaadjes blijven soms aanwezig terwijl de zaadjes al rijpen. De zaadjes ontkiemen in de herfst. De plantjes blijven gedurende de winter groen en bloeien vervolgens in het daaropvolgende voorjaar. De Kleine Veldkers wordt veelal beschouwd als onkruid. Het is een vergeten wintergroente die veel vitaminen bevat. Het blad heeft een peperige smaak en kan, net als tuinkers, worden gebruikt in salades, in stampot en als broodbeleg.

OERPREI (*Allium ampeloprasum*) wordt ook wel doorlevende prei of parellook genoemd. Dit is een bolvormende variant van de prei, die in de keuken in plaats van ui gebruikt kan worden om te bakken, grillen of roerbakken. Je kunt de hele plant eten, dus het groene loof, het witte gedeelte eronder én het bolletje onderaan. In verschillende periodes van het jaar oogst je verschillende onderdelen van de planten.

Oerprei is dus een bolgewasje, zoals een ui of zilverui. De kleine bollen maken in hetzelfde jaar al nakomelingen in de vorm van kleine bolletjes die vast zitten aan de moederbol. Het beste moment voor het rooien en herplanten van de bolletjes is in de nazomer of herfst. In de zomer sterven de planten bovengronds af, het blad verdort en verdroogt en valt om. Je rooit de bolletjes dan en herplant een aantal mooie, gezonde, grote bolletjes. Binnen 2 tot 3 weken lopen de uitgeplante bolletjes al weer uit.

Wil je vooral het groen oogsten om te



gebruiken als bieslook, prei of stengelui, dan plant je juist meer en kleinere bolletjes en geeft ze wat extra stikstofrijke voeding. Je kunt zelfs alles gewoon te laten staan en dan krijg je vanzelf een steeds groter wordende kluwen van kleine bolletjes die lenteui-/bieslookachtige stengels maken.

TURKSE RAKET (*Bunias orientalis*) of grote hardvrucht is een vaste meerjarige bladplant die tot een hoogte van 90cm kan groeien. De plant groeit het liefst op open plaatsen en in vochtige, voedselrijke humeuze grond. Het eetbare jonge blad kan rauw of gekookt worden gegeten. Het heeft een pittige smaak die wat op rucola

lijkt. Het blad is rauw lekker in salades en de (gebleekte) scheuten kunnen gekookt of gestoofd worden.



MARIADISTEL (*Silybum marianum* of *Carduus marianus*) is een veelzijdige plant, die graag op voedselrijke kalkhoudende grond groeit. De plant wordt 60-150 cm hoog en heeft een gegroefde, iets wollige tot spinnenwebachtig behaarde stengel. De wit gevlekte of langs de nerven wit gerande, wasachtige bladeren hebben aan de rand geelachtige stekels. De plant bloeit in juli en augustus met roze tot purperen, soms witte, bloemhoofdjes, die enkel bestaan uit buisbloempjes. De bloembodem van het bloemhoofdje is dicht behaard. De vrucht is een glanzend zwart nootje met wit vruchtpluis.

Jonge bladeren kunnen op dezelfde manier als spinazie gegeten worden en jonge stengels op dezelfde manier als asperges.



Het bloemhoofdje kan net als artisjokken ook gegeten worden.

JG



De redactie ontvangt graag leuke zomerse moestuinfoto's!!

De Maantuinman

Onder invloed van de stand van de maan ontstaat eb en vloed. Dit staat vast. Dat de zee voor 100% uit water bestaat is geen nieuws. Mensen bestaan voor ca. 60 % uit water.

Door vele eeuwen heen is er door die waterige overeenkomst met de zee gedacht dat ook mensen beïnvloed worden door de stand van de maan. Met volle maan veranderen mensen in weerwolven, gebeuren er meer ongelukken en worden er meer kinderen geboren. Allemaal onzin. Tussen 1981 en 1983 heeft het Academisch ziekenhuis Groningen ruim 29.000 ongevallen onderzocht. Er was geen enkele relatie tussen maanstand en drukte op de eerste hulp. Iedere verloskundige verwijst uit eigen praktijk het idee dat bij volle maan meer kinderen worden geboren naar het rijk der fabelen. En er is nog nooit een weerwolf waargenomen.

Allemaal onzin dus en bijgeloof.

En toch zweren er grote groepen mensen bij de Maankalender. Die Maankalender geeft gedurende het hele jaar aan op welke dagen en tijdstippen het beste groene groenten kunnen worden gezaaid. Of aardbeien worden geplukt. Ook grasmaaien wordt door de Maankalender gedicteerd. En ook alle andere werkzaamheden worden zo ingedeeld.

Sommige tuinklussen moeten in het holst van de nacht worden gedaan. Als de maan schijnt, dus.

Ik ben nogal nieuwsgierig van aard. Ik ga het uitproberen en wordt Maan Tuinman. Zo ga ik bijvoorbeeld, omdat de kalender dit voorschrijft op 10 mei 's nachts om kwart voor twee aardbeien plukken. Als zij nog niet rijp zijn moet ik wachten tot 6 juni om kwart voor acht.

En ik ga deze aanpak vergelijken met mijn eigen jan-boerenfluitjes-methode. Mijn moestuintjes deel ik in tweeën. Naast elkaar groeien dan de worteltjes, waarvan de ene helft is gezaaid volgens de Maankalender en de andere als ik er toevallig eens aan denk. Zij staan in dezelfde grond, krijgen evenveel water en zon, en dan maar eens kijken wat het resultaat wordt. En behalve wortelen ga ik ook andere groenten uitproberen.

Kom gerust kijken hoor, als ik op 14 augustus 's nachts om één minuut over twee mijn planten ga begieten. Alhoewel ik hoop dat het dan lekker regent. Want ook een Maan Tuinman houdt van een prettig dutje.

Ik houdt jullie op de hoogte!

Ron Visser

Quiz

L = Rhododendron
M = Forsythia (Chinees klokje)
R = Krentenboompje (Amelanchier)



Goed gereedschap is het halve werk - deel 3

Hoe gebruik je je tuingereedschap, hoe kun je het beste bewegen?

Voor ervaren tuinders is dit gesneden koek, maar als je interesse hebt om efficiënter met je energie om te gaan, lees dan verder.

Kijk naar andere tuinders en klussers. Hoe houden zij het gereedschap vast, hoeveel of hoe weinig kracht zie je hen gebruiken? Ik moet altijd denken aan de uitspraak van mijn leermeester bij de houtbewerking: "Laat de zaag het werk doen". Als iemand het gereedschap goed beheerst, lijkt het vanzelf te gaan, dan vloeien de bewegingen.

Kijk in de bibliotheek of op internet. Bijvoorbeeld het Nationaal Kampioenschap Maaien met de Zeis. Of filmpjes van ROC tuinbouw- of landbouwonderwijs. Je ziet dan goed hoe de beweging optimaal gaat.

In het AVVN blad De Tuinliefhebber stond een artikelenreeks van een bewegingstherapeute over hoe je beter op de volkstuin beweegt, met minder kans op blessures:

<https://avvn.nl/de-tuinliefhebber>. Ook vanuit een rolstoel kun je blijven tuinieren. Onze Stichting Zaaigoed heeft hier ervaring mee, vragen staat vrij.



Laat je als vrouw vooral niet afschrikken door uitspraken als "Meisje, dat is geen vrouwenwerk". Ja, er zijn zeker klussen die veel kracht vragen en veel mannen zullen dat vaker hebben gedaan, puur op kracht een klus klaren. Mijn ervaring is dat je met minder kracht en kleinere stapjes heel ver komt. En dat je steeds slimmer wordt. Je doet soms dingen in twee of drie keer. Je past je werkwijze aan je kracht aan. Ik moest eens een grote struik verplanten. Ik stak een cirkel rondom de struik uit met de spade. Na wat heen en

weer geschuif met de spade kwam de kluit los. Vervolgens kon ik die niet optillen, dus moest ik iets anders verzinnen. Ik heb telkens een tegel onder de kluit geschoven, net zo lang tot de struik boven het maaiveld uitkwam. Vervolgens kon ik de kluit op zijn kant rollen in de gekantelde kruiwagen. Zo kon ik de struik naar een andere plek manoeuvreren zonder tillen.

Een beetje natuurkunde helpt ook. Hefboom, verlengde arm. Allemaal kennis die het makkelijker maakt om kracht te zetten op een efficiënte manier. Je gaat het pas zien als je het doorhebt, zoals Johan Cruijff al zei.

En lukt het niet met alleen handgereedschap? Denk dan eens aan een elektrisch aangedreven accu-apparaat voor een terugkerende klus die je niet (meer) met de hand klaarspeelt. Een paar jaar geleden hebben wij grastrimmers aangeschaft, met accu's die we thuis opladen op onze zonnepanelen. *Marjolijn Sondorp*



VAN DER SCHAAF EN KOIJMANS

makelaars ■ taxateurs

Bloemendaalseweg 47
2061 CB Bloemendaal
023 525 1 525

info@skmakelaars.nl - skmakelaars.nl



Colofon

Vtv Zonder Werken Niets

Bezoekadres: Van der Aartweg 25
2026 ZM Haarlem-Noord

Postadres: Postbus 2521, 2002 RA
Haarlem

Telefoon op complex: 023 - 5370003

Banknr: NL73 INGB 0000 013256

www.zwn-volkstuinen.nl

Redactie Tuinfluiter:

redactie@zwn-volkstuinen.nl

Dick Saher (M24)

Joke Groskamp (L24)

Jan Levers (M12)

Bestuur:

Voorzitter: Jan Levers (M12)

Secretaris: Martina van Zonderen
(M2A)

Penningmeester: Hugo Huneker (M8)

2de penningmeester/bestuurslid ICT:
Jan Willem van Dalen (S8)

De bestuurskamer is elke zaterdag-
ochtend geopend. Mocht daar op dat
moment niemand aanwezig zijn, dan
graag melden in de kantine.

Inleveren kopij tot uiterlijk:

15 septemeri (**Herfstnummer**)



Aan de de Berkenlaan was eerder een boom weggehaald en er zijn nu 2 nieuwe bomen aangeplant. De boom die schuin tegen de toiletten stond is nu ook verwijderd. Fa Pius Floris heeft namens Spaarndam de klus geklaard. Op de foto verwijderd een frees het ondergrondse gedeelte.

Foto Jan Levers



Joke Groskamp van Natuur-vriendelijk tuinieren en voorzitter Jan Levers plaatsen informatiebordjes op de lanen.

Foto Sjoeke

J.B. PEL & ZN. B.V.



Verhuur van: * marktkramen
* podia

Voorduinstraat 17 • 023-527.53.51
Haarlem • mobiel 06-22.66.81.36