



TUINVERENIGING  
**SPOORZICHT**

# De Riethoorn



## Winter 2024

*Informatieblad voor leden van  
Tuinvereniging 'Spoorzicht'*

---

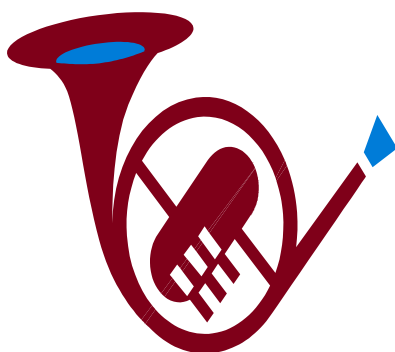
Rietveldsepad 2A, 2408 ZH, Alphen aan den Rijn

Secretariaat@tuinverenigingspoorzicht.nl

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

## Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	2
Van de Redactie	3
Agenda 2024	5
Schouwdata en evenementen 2024	5
Van de Voorzitter	6
Puzzel	8
Sharon's story	9
Een groen en een klimaatvriendelijk Nieuwjaar	12
Symphytum officinalis – Smeerwortel	15
Kerstrecepten	17
Workshops aangeboden door het Hoogheemraadschap	19
Boekentips	23
Nieuws uit de omgeving: MoestuinMlx	24
Activiteiten	25
Oplossing Puzzel	25
Effe Beppen	26



Inleveren kopij voor de Riethoorn van Voorjaar 2025 voor  
**10 maart 2025**

bij Liesbeth Rodenburg  
[redactie@tuinverenigingspoorzicht.nl](mailto:redactie@tuinverenigingspoorzicht.nl)

## Van de redactie

Het is een vreselijk cliché, maar wat vliegt de tijd! Ik weet nog dat we elkaar laatst nog spraken aan het einde van de zomer. Nu, aan het begin van de winter, hebben wij onze tuin vrijwel leeggegeten; alleen in de kas hebben we nog oogst in het verschiet. Er is dan ook op de tuin weinig te beleven, hoewel voorzitter Rob daarover nog wel wat tips heeft. En hij heeft gelijk, het is inderdaad tijd om ons te bezinnen op volgend seizoen en daar een uitgebreid teeltplan voor te maken.



Vanaf nu geen lijst van bestuurs- en commissieleden in de Riethoorn, die vindt u voortaan op de website, en het lijstje met verkoopartikelen ontbreekt ook. Dan hebben we dus meer ruimte voor allerlei interessante zaken, waarbij ik deze keer aanraad de bijdrage van Bert extra goed door te lezen, omdat u wellicht mee wilt doen aan de MoestuinMix, een belangrijk project dat ons helpt op weg naar een nog duurzamere teelt. In het verlengde daarvan geeft Nelleke tips over hoe we komen tot een groen en een klimaatvriendelijk nieuwjaar en mocht u even niet meer weten hoe de *Symphytum officinalis* in gewonemensentaal heet, nee, dit is geen prijsvraag, lees dan haar andere artikel waarin ze weer een kruidensoort beschrijft. Daarnaast van het Tuintalkteam Hester en Carolien een interessante beschrijving van de workshops van Velt die het afgelopen seizoen gegeven werden. En tot slot: in deze editie even geen nieuwe interviews, daar starten we in het voorjaar weer mee, maar het eigen verhaal van Sharon Kortenbach: over het hoe en waarom en het plezier dat zij heeft van haar prachtige tuin.

En dan, het voortbestaan van de Riethoorn. Op dit moment is er een aardig clubje mensen bezig ons kwartaalblad met een vaste bijdrage te vullen en ik noem ze hier maar eens even op: Nelleke Dorsman, Bert Drolenga, Monique Schaap (twee recepten van haar hand deze keer) en Hedwigis Haverkamp. Sinds kort hebben we daar Bep Teekens aan kunnen toevoegen met een hartelijke column en laat ik onze interviewslachtoffers niet vergeten die elke keer voor vertier en wijsheid zorgen. Eén iemand heb ik nog niet genoemd en dat is onze onvolprezen lay-out man, Remon Theuns. Remon is zo onvolprezen, niet alleen omdat hij die lay-out zo mooi voor elkaar krijgt en de foto's goed verdeelt en de artikelen in het juiste lettertype passend op een pagina wurmt en in de gaten houdt welke bijdrage nog ontbreekt en aanschuift bij de vergaderingen en niet te beroerd is om op eigen kosten een aantal exemplaren af te drukken; nee, ook om de manier waaróp hij dat allemaal doet naast zijn werk bij de politie. Altijd met een glimlach of een goeie grap en dat is heel prettig voor de samenwerking. Helaas legt hij deze taak neer in 2025 en dienen wij een ander lay-out persoon te vinden. Dat is tot op heden nog niet gelukt en dus hierbij nog een dringende oproep: vindt u het leuk om deel uit te maken van ons redactieteam, heeft u het werken met computers fijn in de vingers en draagt u de Riethoorn een warm hart toe, meldt u dan bij ons aan, en dan komt het helemaal goed.

En Remon, vanuit ons team: heel hartelijk bedankt voor je goede zorgen al die jaren en ga nu maar iets anders gezelligs doen met je vrije tijd.

Namens de gehele redactie wens ik u, onmisbare lezers, prettige kerstdagen en alle goeds voor het nieuwe jaar!

Liesbeth Rodenburg

# GARANT<sup>®</sup> zaden

**U zaait het beste, U oogst het beste!**

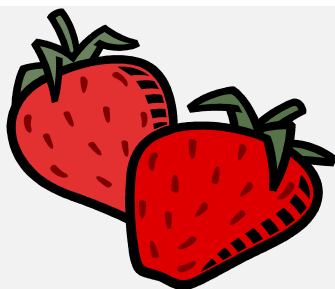
**Tel: 0514-571515 - Fax: 0514-571479**

**www.garantzaden.nl**

## **Kwekerij E. Duivenvoorden**

**aardbeienplanten en pioenrozen**

*Ook voor particuliere verkoop*



Turfspoor 57  
2165 AW Lisserbroek

Tel. : 0252-410701  
Fax: 0252-421304  
Mob.: 06-51318630  
Email: aardbei@xs4all.nl

**www.kweduivenvoorden.nl**



### HOBBYKASSEN

Dave Storm Hobbykassen biedt u hobbykassen, muurkassen, broeibakken, serres, kassen op maat, enz. tegen een betaalbare prijs.

**Wij kunnen aan elke vraag voldoen,  
want maatwerk is onze specialiteit.**

**Wij leveren en plaatsen de kassen door geheel Nederland.**

**Tevens demonteren wij eventueel ook uw oude kas  
en voeren wij de materialen af.**

**Bezoek ook eens onze website [www.broeikassen.com](http://www.broeikassen.com).**

**Hier kunt u terecht voor al uw vragen en een geheel vrijblijvende offerte.**

**U kunt ons ook telefonisch bereiken via telefoonnummer:**

**06-53935039**

# Agenda 2025

## Vergaderingen

8 januari	Bestuursvergadering	2 juli	Bestuursvergadering
5 februari	Bestuursvergadering	6 augustus	Bestuursvergadering
5 maart	Bestuursvergadering	3 september	Bestuursvergadering
2 april	Bestuursvergadering	1 oktober	Bestuursvergadering
16 april	Alg. ledenvergadering	5 november	Bestuursvergadering
7 mei	Bestuursvergadering	3 december	Bestuursvergadering
4 juni	Bestuursvergadering	10 december	Commissievergadering

## Schouwdata

### Voorjaar 2025

- 31 maart t/m 6 april 2025

### Herschouw

- 12 mei t/m 18 mei 2025

### Najaar 2025

- 15 t/m 21 september 2025

### Herschouw

- 27 oktober t/m 2 november 2025

## Evenementen

15 februari	Tuintalk “De start van een mooi bloemenseizoen” door Daphne Rijkooft
5 april	Stekjesdag
12 april	Tuintalk
28 juni	Open tuinen (ochtend)
19 juli	Vrijwilligers BBQ
30 augustus	Leden BBQ
13 september	Open tuinen (ochtend)
8 November	Tuintalk
13 december	Kerststukjes maken

De thema's van de “Tuintalks” zijn nog een verrassing, houd hiervoor de website in de gaten.





## Van de Voorzitter

Het jaar 2024 is bijna ten einde. Een bijzonder tuinjaar! De weersomstandigheden in de eerste maanden waren wel heel bijzonder: wat een regen! Slecht voor de gewassen en de oogst was dan ook niet geweldig. Hopelijk is dit niet het nieuwe normaal en we hopen dan ook dat 2025 een beter tuinjaar wordt.

In de winter is er niet zoveel te doen op de tuin, maar ik raad u aan deze tijd te benutten om een goed pootplan te maken. Vergeet u dan ook niet een zadengids van de firma Garant op te halen in 't Stekkie. De bestellijsten dienen uiterlijk 5 januari 2025 ingeleverd te worden. De winter is ook een uitstekende gelegenheid om uw gereedschap een goede onderhoudsbeurt te geven.



Het afgelopen jaar hebben we helaas van verschillende leden afscheid genomen. Wij wensen hen alle goeds toe! Gelukkig hebben we ook diverse nieuwe leden mogen verwelkomen. Zo blijven eigenlijk alle tuinen steeds verhuurd. Ik hoop dat de nieuwe leden zich snel thuis zullen voelen binnen onze vereniging.

Rest mij iedereen te bedanken voor zijn of haar inzet voor de vereniging in 2024! Ik denk aan alle bestuursleden, commissieleden, de onvolprezen dinsdagmorgengroep, allen die corvee hebben gedaan. Vast heb ik nog mensen vergeten, ook zij bedankt. Met elkaar vormen we een vereniging en wat is een vereniging zonder vrijwilligers? Mooi dat zo velen ieder met zijn of haar talenten bijdraagt aan het goed functioneren van onze vereniging. Dankzij al jullie inzet ziet ons complex er ook zo verzorgd uit!

Ik wens u allen fijne feestdagen en een gelukkig 2025 toe.

Met vriendelijke groet,  
Rob Brederode  
Voorzitter





## Puzzel

### Precies vier

Vind vier groepen van vier woorden die met elkaar te maken hebben (bijvoorbeeld: ze zijn allemaal groen of je kan één woord achter alle vier zetten)

Er is maar één goede oplossing. Pas op voor instinkers: woorden die in verschillende groepen zouden passen.

We zoeken vier categorieën:

SOEP – KLEUR – SEIZOEN – IETS MET EEN LETTER

De oplossing staat helemaal achterin de Riethoorn.

Succes!

ASPERGE	WORTELEN
PREI	COURGETTE
RUCOLA	ZOETE AARDAPPEL
RODE KOOL	EIKEBLADSLA
PAPRIKA	SPRUITEN
POMPOEN	ERWTEN
BOERENKOOL	OKRA
BIETEN	MANDARIJN



## Sharon's story

Ik zit hier al sinds mijn 62e, nu zeventien jaar. Toen werkte ik nog als vertaalster. Ook belangrijk om te weten is dat mijn man heel eerlijk was over mijn hobby: dit is jouw hobby en niet de mijne! Dat wist ik dus van begin af aan.

Tijdens de eerste drie jaar heb ik de tuin gedeeld met vriendin en buurvrouw Erie. Het was eigenlijk haar idee. Ook heeft zij gekozen voor deze tuinvereniging terwijl we allebei dichterbij de andere vereniging in Alphen woonden. Het bleek achteraf dat ze hier al iemand kende en dat hij haar de tip had gegeven dat er hier een tuin was met een huisje. Nou 'huisje'? Het stond bijna in te storten en 'schuurtje' zou een betere omschrijving zijn geweest. Maar wij wilden het graag. De vorige eigenaar was ermee gestopt toen hij 81 jaar werd, maar de grond zelf was helemaal 'zwart', zei hij zelf. Het enige wat over was van zijn 'eigenaarschap' waren wat tegels voor paden.



Het eerste jaar was regen, regen en meer regen en we hadden nog geen drainagesysteem; een slecht begin. Maar we hebben wel de tuin ingedeeld en focusten alleen op bloemen. Nog steeds heb ik wat van die meerjarige planten van toen: daglelies, hortensia's, irissen. We vonden het leuk om samen naar de Bosrand en zelfs naar Boskoop te gaan voor nieuwe planten. En naar Vreken in Dordrecht voor zaden.

Twee jaar later is de man van Erie overleden en het jaar daarna is ze verhuisd naar Wageningen. Na drie jaar was de hele tuin van bijna 200 vierkante meter dus van mij en ik ben toen ook begonnen met het verbouwen van groenten en fruit. Twee van mijn stiefzoons hebben het schuurtje omgetoverd in een veel mooiere en sterkere versie. Een kersenboom uit Duitsland kwam erbij - een zure kers die ik gebruikte voor een kersenlikeur. Heerlijk! Ook een Amerikaanse type framboos – een zwarte framboos met een speciaal aroma. Fijn voor de gelei. Ik zaaide zaad voor asperges - met succes. Dahlia's kwamen van Geerlings. Ieder jaar compost en/of mest. Het maken van eigen compost werd steeds belangrijker.

Ieder jaar maak ik een zaaiprogramma in Excel. Ook een kaart op schaal voor waar alles geplant gaat worden. Door de jaren heen heb ik wat 'lichtdoosjes' verzameld voor het voorzaaien thuis omdat ik geen kas heb. In april/mei is mijn woonkamer een kweektuin. Gezellig! Alle plantjes reizen met me mee in de fietstasjes.

Na zes of zeven jaar ontdekte ik borlotta bonen. Veel zaden heb ik gedeeld met anderen en nu is er een artikel over deze bonen in de laatste 'De Tuinliefhebber'. Ieder jaar genieten mijn burens in de flat van mijn sperziebonen, sla, komkommers en, natuurlijk, courgettes. Met zo veel oogst maak ik ook sommige groenten in: Amerikaanse 'bread and butter pickles' en zuurkool. Sperziebonen en borlottobonen gaan de diepvries in.

Over genieten gesproken - ik ben echt dol op mijn tuin. Het is echt mijn passie en mijn paradijsje. Soms vraag ik me af waarom ik niet eerder hiermee ben begonnen. Nu heb ik een zee van bloemen en vind het fijn om vriendinnen uit te nodigen om bij mij een boeket of twee te komen plukken. Niemand zegt nee! Door de jaren heen heb ik veel geleerd over het tuinieren. Van controle over slakken tot, helaas, geen controle over mollen. Van de planten die het goed doen in mijn tuin tot de echte missers. Ieder jaar probeer ik iets nieuws. De TuinTalks zijn ook heel leerzaam. En dan is er ook het heel belangrijke sociale aspect. Nooit heb ik slechte burens gehad. We delen planten, zaden, ideeën en verhalen. En ook heb ik geleerd hoe klein de wereld is: drie tuinen verder aan mijn pad vond ik Noreen van Cleveland, Ohio terwijl ik uit Columbus, Ohio ben gekomen. Hoe kan dat?



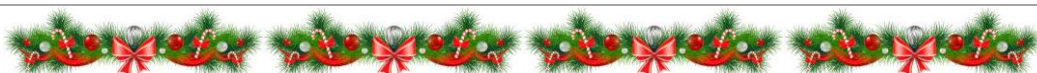
Ja, waarom heb ik dit niet eerder in mijn leven gedaan? Eigenlijk heb ik wel een achtergrond in tuinieren. Terwijl ik in een stad ben opgegroeid, woonden mijn oma en opa op een boerderij niet zo ver weg. Ons gezin reed iedere zondag daar naartoe. Één van de redenen hiervoor was de eieren die we daar kregen om te verkopen in onze buurt in Columbus. Maar ze hadden ook een geweldige moestuin en boomgaard. Één van mijn favoriete herinneringen was het zitten in de moestuin en eten van een nog warme en sappige tomaat. Het plukken van vlierbessen was ook een leuke bezigheid.

In de boomgaarden stond veel ouderwetse soorten appels. Een hiervan was de Lodi, speciaal voor de appelmoes. Oma maakte pot na pot hiervan. Veel later had ik een kleine moestuin naast het huis met mijn man in Amerika. Zijn vader verdiende zijn brood als commerciële moestuinder. Dit was mijn eerste ervaring dus met een eigen tuin.

Later in mijn leven (ik was al 42) volgde ik een cursus landschapsarchitectuur, waarin ik veel geleerd heb over horticultuur. Ik ben nooit landschapsarchitect geworden in Nederland, maar wel heb ik veel teksten over bollen vertaald vanuit het Nederlands naar het Engels. Dit is begonnen een paar jaar nadat ik verhuisd ben naar Alphen, 33 jaar geleden. Sinds die tijd woon ik in een flat op de 10e verdieping (de 'penthouse'). Met veel zon hier kon ik mijn eigen tuintje ontwerpen met bomen (beuk, Japanse esdoorn), struiken (hortensia's, oleander), klimmende planten (blauwe regen, Toscaanse jasmijn), hosta's, andere meerjarigen en zelfs tomaten en aardbeien. Echt bomvol.



Ik moet ook zeggen dat dit jaar een echte uitdaging was (en nog is). Zo veel regen in het begin dat ik veel planten kwijt ben geraakt: de kersenboom, de asperges, alle delphiniums, veel van de zwarte frambozen. Allemaal verdronken. De lathyrus deed het niet goed dit jaar en twee clematissen hebben het niet overleefd door de mollen die onder ze door tunnelden. De meeste dahlia's komen niet in bloei. Ik heb dus veel meer geld uitgegeven dan in andere jaren. Nog een probleem, veroorzaakt door de regen, was dat ik minder tijd door kon brengen in de tuin om onkruid te wieden.





Achterin mijn tuin (ik geef dit gebied de Ohio naam van 'the back 40') is niet zo netjes dit jaar. (Je bent altijd welkom om op bezoek te komen, maar doe je ogen dicht achterin.) Hoewel ik ben begonnen met de volkstuin terwijl ik nog werkte, vond ik altijd genoeg tijd om mijn uren te verspreiden tussen werk en hobby. Maar nu ik de laatste vier jaar met pensioen ben, kan ik veel meer tijd doorbrengen in mijn bloemenzee. Als de zon schijnt, is het heel waarschijnlijk dat je me daar zal vinden.

Groetjes,

Sharon Kortenbach



## Een groen en een klimaatvriendelijk Nieuwjaar

Als ik dit stukje schrijf, is het de Nationale Klimaatweek, waarin overall weer mooie activiteiten worden georganiseerd om mensen nog meer bewust te maken van de klimaatproblemen en wat zij er aan kunnen doen.



Op het gebied van onze moestuin en de invloeden van het klimaat daarop het afgelopen jaar worden we er met onze neus bovenop gedrukt. We zien dat we hierdoor bijna gedwongen worden om te improviseren. De rij met prei die er in een mum van tijd bijna snotterig bijstond, jammer... maar het positieve ervan is dat we daar ook creatief mee om kunnen gaan. De gaten die ontstonden in mijn moestuin heb ik opgevuld met andere groenten en eetbare bloemen en mijn groenteperk heeft er nog nooit zo leuk bijgestaan. Biodiversiteit!

Heel fijn dat onze tuinvereniging gelegenheid heeft gegeven tot het volgen van workshops van Velt, dit op initiatief van Hoogheemraadschap Rijnland die wil werken aan bewustwording om beter met onze bodem en het water om te leren gaan. Het water in onze omgeving is te veel verontreinigd! Daar kunnen we wat aan doen.



Sommige mensen denken, hè wat akelig allemaal die klimaatproblemen en ik heb het altijd zo gedaan....waarom nu anders? Verandering en openstaan voor de huidige problematiek is nodig in deze tijd en je zult zien dat het ook leuk is om een positieve bijdrage te leveren aan een beter klimaat, onze aarde en onze bodem. Het geeft voldoening! En bedenk, ook een kleine moestuin kan bijdragen tot een betere bodem en gezond voedsel. Gezond is, van grond tot mond, (divers, onbewerkt, ongekunsteld), daardoor bevat het vitaliteit en kracht. Voor het gemak alles nog even op een rijtje.

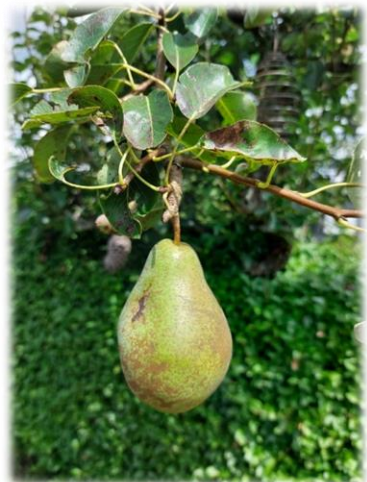
Jouw groene en klimaatvriendelijke voornemens met betrekking tot je moestuin kunnen zijn:

- **Gebruik biologische tuinaarde**  
Er komen steeds meer merken die overstappen op turfvrrije tuinaarde, dat is al een stap in de goede richting. Nog beter is biologisch en turfvrj
- **Kies voor biologische zaden en bollen**
- **Maak je eigen compost volgens de juiste methode**





- **Gebruik geen chemische bestrijdingsmiddelen en kunstmest**  
Wat heb je aan plofgroente...ze bevatten veel minder gezonde voedingsstoffen dan biologische groenten.
- **Maak je eigen plantaardig versterkende middelen als gier en bouillon of thee**  
Lees het voorjaarsnummer van de Riethoorn voor tips.
- **Denk aan alle natuurlijke helpers in je tuin en de bodem zoals regenwormen, slakken en mollen**  
Ze zijn nuttig en juist door een evenwicht te creëren in je tuin zul je er minder last van hebben. Ook slakken en mollen zijn nuttige beestjes en onderdeel van de kringloop. Mollen eten het teveel aan slakken op en houden je bodem luchtig. Slakken ruimen je tuinafval, dode planten en dorre bladeren op.
- **Kies voor natuurlijk tuinieren en biodiversiteit**  
Maak een plan voor een andere natuurvriendelijke inrichting van je tuin, denk ook aan de vogels en insecten. Plaats een boom en struiken. Biodiversiteit verplicht? Als





iedereen een boom en een struik op zijn tuin zet, zijn we straks 200 bomen en struiken rijker! Wat zal het mooi worden en wat zullen de vogels, insecten en andere dieren blij zijn. Wel op tijd snoeien volgens de richtlijnen van de tuinvereniging.

- **Ruim je tuin deze winter op en breng je zoi naar het ecopark**

Misschien heb je nog restjes chemische middelen, overtollig plastic afval, ed. Weg ermee! En koop het nooit meer! Wist je dat de plastic vlaggetjes die gebruikt worden om je groenteplantjes te beschermen tegen vogelvraat, heel snel verteren en plastic resten achterlaten in de bodem? Kijk op Pinterest hoe je een slinger kunt maken van repen stof; een leuk klusje voor de winter. Of bestel er één op Ecomondo.nl.

Heb je al veel vogels gelokt naar je tuin en wil je ze extra voeren, gebruik dan biologisch vogelzaad van de Vogelbescherming. In veel andere merken vogelzaad zijn pesticiden aangetroffen.

Succes!

Nelleke Dorsman



## Symphytum officinalis - Smeerwortel

Is een plant uit de ruwharige familie. Het is een eetbare plant met vele geneeskrachtige eigenschappen. Ook bekend zijn de vele toepassingen in de moestuin en daarbuiten.

Smeerwortel houdt van een natte tot vochtige voedingsrijke grond. Het groeit langs waterkanten, moerassen, dijken, bermen en akkers. Het is een vaste plant. De gehele plant voelt behaard en ruw aan. De bloemen zijn bleekgeel, roze of lila tot dieppaars gekleurd.



Jonge bladeren kunnen rauw gegeten worden in salades, de bloemknoppen en bloemen kun je van mei tot september verzamelen en rauw eten door ze bijvoorbeeld over een salade te strooien. De bloemknoppen kun je ook als groente garen. Smeerwortel bevat het stofje pyrrolizidine alkaloiden wat bij langdurige consumptie schadelijk kan zijn voor de lever, dus eet het met mate.

Smeerwortel is een belangrijke geneeskrachtige plant die op verschillende manieren uitwendig toegepast wordt bij voornamelijk de spieren, gewrichten, pezen en botten. Denk aan een kruidenwickel, zalf, crème of gel. Het werkt vooral bij blauwe plekken, kneuzingen, spierpijn, stijfheid, verstuikingen, breuken en reuma.

Smeerwortelolie is wondhelend, huid- en slijmvliesherstellend en bevordert de aanmaak van nieuwe cellen en weefsels. Het maakt de huid soepeler en strakker. Je kunt het blad in de zomer ook kneuzen en op de wond leggen, dan zal de wond sneller genezen en hoeft je er geen zalf van te maken.

- Smeerwortelpreparaten mogen niet langer dan 4 weken worden gebruikt.
- Bij leveraandoeningen of voorgeschiedenis ervan smeerwortel helemaal niet gebruiken.

Smeerwortelolie: Doe de fijngehakte bladeren van de smeerwortel in een glazen pot en bedek ze volledig met een plantaardige olie, bijvoorbeeld zonnebloemolie. Laat ongeveer een maand staan voor gebruik.

Smeerwortel in de (moes)tuin. Smeerwortel staat bekend als een “dynamische accumulator” omdat het diepwortelend is en mineralen en voedingsstoffen zoals stikstof, kalium en calcium uit de diepere lagen van de bodem kan halen. Wanneer de bladeren afsterven of worden gesneden, worden deze voedingsstoffen teruggeven aan de bodem. Bijvoorbeeld bij het mulchen. Door smeerwortelbladeren aan de composthoop toe te voegen kunnen ze fungeren als activator die het compostproces versnelt.



Smeewortelgier: neem een emmer met 10 liter water en doe er 1 kilo smeewortelbladeren/stengels in. Zet de emmer twee weken op een beschutte plek, dek af met een deksel tegen de geur. Zo ontstaat er een krachtige, vloeibare meststof. Verdun de gier 1 : 10 . Als bodembedekker helpt de smeewortelplant bij het onderdrukken van onkruidgroei en het vasthouden van vocht in de bodem.



Smeewortel kan ook helpen bij het afweren van plagen en maakt de plant en/of boom sterker.

Smeewortel biedt onderdak en bescherming aan meerdere insecten zoals de gaasvliegen en sluipwespen. Als de smeewortel in bloei staat, trekt de

plant veel bijen en hommels aan en dit zijn allemaal medewerkers die evenwicht in de tuin brengen.

Nelleke Dorsman





## Kerstrecepten

*OOOO... Kom er eens kijken...*

*OOOO... Dennenboom...*

*OOOO... Wat zitten we vol maar...*

*OOOO... Wat is het toch lekker allemaal!!!*

Hier misschien een leuk recept en een beschrijving voor het maken van een simpele "pruttelpot" die de heerlijke geur van Kerst in je huis brengt.

### KERST - PRUTTELPOT

Neem een leuke pan of vuurvaste glazen schaal of – kom.

Vul deze naar eigenzicht met bijvoorbeeld:

- ✓ Schijfjes sinaasappel
- ✓ Schijfjes citroen
- ✓ Schijfjes appel
- ✓ Cranberries
- ✓ Takjes rozemarijn
- ✓ Takjes tijm
- ✓ Steranijs
- ✓ Een kaneelstokje
- ✓ En wat gekneusde kardemompitten



Het geheel aanvullen met water en misschien een scheutje rode wijn. Breng het geheel zachtjes aan de kook en zet het op een theelichtje in, bijvoorbeeld, je woonkamer en deze zal zich vullen met de heerlijke geur van Kerst.

### Boerenkool / Wortel / Biet en Pastinaak chips uit de oven



- ✓ 1 kleine Winterpeen
- ✓ 1 kleine Biet
- ✓ 1 kleine Pastinaak
- ✓ 5 takjes Boerenkool
- ✓ Olijfolie
- ✓ Zeezout
- ✓ En natuurlijk een oven

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Was alle groentes & maak ze droog.
- Schil of schaaf alle harde groentes in heel dunne plakjes en leg ze op bakpapier.
- Was de boerenkool en ris de bladeren zodat je de nerf weg kan doen (composthoop?) of voor groentebouillon kan bewaren.
- Scheur de overgebleven bladeren in stukken en leg deze ook op het bakpapier.
- Leg het bakpapier met alle groentes erop op de bakplaat
- Doe lekker overal zout en peper overheen en
- Besprenkel met olijfolie
- 15 – 20 minuten in de oven en klaar is Kees (de laatste 5 minuten goed in de gaten houden & niet laten verbranden).

FIJNE FEESTDAGEN !!!!

Monique Schaap





## **Workshops aangeboden door het Hoogheemraadschap**

Dit najaar kregen we 3 workshops aangeboden door het Hoogheemraadschap Rijnland. Ze werden gegeven door Velt (Vereniging voor Ecologisch Leven en Tuinieren) docente Anne Marie van Dam, gastdocente bij Velt, bodemkundige, auteur en een tuinmens.



### **Workshop I Natuurlijk tuinieren zonder gif**

Er is aangetoond dat het gebruik van pesticiden lymfeklierkanker en de ziekte van Parkinson kunnen veroorzaken. Zoals bekend is het ook niet goed voor insecten die juist voor de bestuiving zorgen van onze groenten, fruit en bloemen.

Belangrijk zijn de 5 V's op je tuin: Vocht (voor dieren), Veiligheid (iets waarin dieren kunnen schuilen), Verbinding (dat dieren van de ene tuin naar de andere tuin kunnen gaan), Voedsel (voor dieren) en Voortplanting (bijv. een nestkastje).

### **Workshop II Bodem en bemesting: de basis onder elke tuin. Voor gezonde planten en een schone omgeving.**

Als er geen evenwicht is in de sloot, zie je veel algengroei of alleen planten die bovenop het water groeien, zoals kroos. Zo ontstaat er zuurstoftekort in de sloot. Een ideale sloot heeft aan de zijkanen een aflopende rand vanuit de tuin de sloot in, met daarin beplanting. Aan de zijkanen: riet en zwanenbloemen en iets verder van de rand waterlelies. Meer naar de diepte: waterpest en andere onderwaterplanten. Tussen deze planten leven allemaal beestjes, waaronder salamanders, muggenlarven, vissen en kikkers.

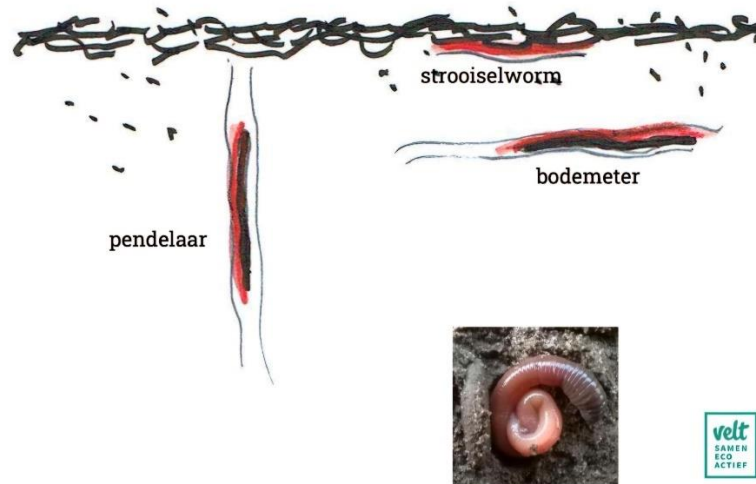
Bij ons op de vereniging hebben we veel rechte oevers, waar kikkers niet tegenop kunnen klimmen en dus is het aan te raden (als je ze in je tuin wilt hebben) om iets in je sloot te zetten waarlangs kikkers de sloot uit kunnen klimmen je tuin in. Maar houd ook rekening met de boot van het Hoogheemraadschap die planten wegmaait en dan niet je leuke bouwsel weghaalt.

Egels zijn ook groot fan van het eten van slakken, muizen en nog meer dieren die op onze tuinen leven en dus moeten we de egel misschien een mooi plekje geven op ons grote complex.

### **Bodemleven**

Wormen: er zijn pendelaars, bodemeters en strooiselwormen. De ene leeft dieper (bodemeter) dan de ander (strooiselworm) en ze maken allemaal gangetjes die voor

drainage zorgen in je tuin. Zo maakt de pendelaar verticale gangen en de andere twee soorten vooral horizontale gangen. Naast de wormen leven er ook springstaartjes en mijten en nog veel meer diertjes. Daarnaast leven er ook bacteriën en schimmels. De schimmels maken lange draden en brengen hiermee voedingsstoffen rond door de bodem. Als je dit dus omwoelt/-spit dan breken deze draden in veel stukjes en moeten die allemaal in het nieuwe seizoen weer opnieuw gevormd worden.



Dieper in de grond zit minder zuurstof en daar leven dus ook dieren die minder of geen zuurstof nodig hebben en waarvoor zuurstof zelfs dodelijk kan zijn. Bovenin de grond leven juist dieren die wel zuurstof nodig hebben om te leven. Je begrijpt dat als je de bodem om gaat spitten/draaien deze diertjes juist doodgaan door een teveel of tekort aan zuurstof. Het evenwicht zal zich weer herstellen in het volgende seizoen, maar de vraag is of een seizoen daar lang genoeg voor is. Hoe zorg je het beste voor de bodem en het bodemleven te zorgen?

- Stalmest of compost er op leggen en groenbemesters zaaien.
- De bodem afdekken met mulch (plantenresten, stro, houtsnippers, gemaaid gras, snoeiselsel, bladeren).
- Zorg voor een voor- en nateelt zodat je bodem altijd bedekt is, dan ligt je grond dus niet 'bloot' en slaat het ook niet dicht met regen.

Van maart tot mei haal je juist je mulch weg van je bodem, omdat zo de bodem beter kan opwarmen. Je mulch kan op de compostbak. De aarde is nu malser, je hebt waarschijnlijk geen of bijna geen onkruid, maar wel veel nuttige beestjes. Je kan nu wat compost op je bodem gooien voor extra voeding en je kan weer planten en zaaien.

De kunst is om balans te krijgen in je tuin tussen bemesting en oogst, zo zorg je ook voor een gezonde omgeving. Sluit de kringloop op je tuin door plantenresten en groenbemesters te gebruiken en je eigen compost te maken. Zo gaan de voedingsstoffen die je van je tuin afhaalt toch weer je tuin op.

### Plagen en ziektes

Tijdens het seizoen kun je waar nodig nog wat bijmesten. Door een goed evenwicht krijg je veel minder tot geen last van ziektes en plagen.

Heb je ze toch, kijk dan per plaag of ziekte welke natuurlijke vijand er is.

- Bij luizen in je tuinbonen kun je eraan denken om lieveheersbeestjes aan te trekken. Wist je dat je ze zelfs online kan kopen?



- Bij veel slakken: hoe trek je vogels, egels, kikkers en andere dieren naar je tuin die deze smakelijke en slijmerige beestjes een delicatessen vinden?

Kijk dus naar een langetermijnoplossing en niet naar die van de korte termijn, ook al is dat soms best aantrekkelijk.

Er wordt aangeraden niet te spitten, maar een woelvork of greinette te gebruiken.

Bij deze methodes maak je je grond alleen een beetje los en keer je het niet om! Dus je bodemleven blijft op de plek waar het leeft, met de eigen behoefte qua hoeveelheid zuurstof. De meeste schimmeldraden blijven intact en dus ook de opslag van voedingsstoffen in je bodem.

### **Workshop III Water en biodiversiteit in je tuin**

#### **Droogte en veel regen**

Hoe kan je droogte voorkomen in droogteperiodes en een overvloed aan water in heel natte periodes in het jaar?

Je kan hierbij denken aan:

- Wateropslag met regentonnen en een vijver(tje).
- Hoogteverschillen. Als je hoogteverschillen maakt, kun je een soort geultje maken richting de sloot waarin water kan komen te staan tijdens natte periodes en waarin planten groeien die het water kunnen zuiveren als het naar de sloot loopt, dit heet een Wadi.
- Tegel eruit en plant erin (het motto van de Gemeente Alphen aan den Rijn). Je wil liever gras hebben of andere bodembedekkers, zodat het water makkelijk weg kan lopen.
- Zorg voor goed bodemleven. Als je bodemleven goed is, dan is je grond goed poreus (gedraineerd) en kan het water ook weglopen en blijft het niet op de grond staan.
- Schuine tuin. Je kan je bedden/groentevak ook schuin laten aflopen, zodat er geen water op blijft liggen. Let er wel op dat het niet te schuin ligt, anders blijft een kant te droog en dat is ook niet ideaal.
- Je kan ook verdiepte paden maken, dan blijft daar het water in staan en staat het niet op je bedden. Deze paden zou je ook met houtsnippers, schors of iets anders poreus op kunnen vullen, is ook nog goed voor je bodemleven.
- Hogere bakken of moestuinbakken zijn ook fijn, maar deze drogen wel sneller uit.
- Mulchen. Als je bodem goed bedekt is, dan slaat je grond niet dicht met regen en kan het regenwater ook via de bodem weglopen.
- Drainage. Zorg voor een goede drainage, zodat overtollig water via je drainage weg kan lopen.

Wat kan je doen als het heel warm is en er veel vocht verdampt in je tuin?

- Mulchen. Leg mulch op je bodem, zodat je bodem bedekt is en er dus minder vocht kan verdampen.
- Bodembedekkers. Zorg ook voor bodembedekkers (planten), die houden ook vocht vast.
- Losse grond. Zorg ervoor dat je grond los is. Losse grond is beter voor diepe worteling, een goed bodemleven, watertransport, waterberging, makkelijk wieden en minder bewerken. Wat hierbij heel belangrijk is: **LOOP NIET** op je bedden/bodem; zo trap je namelijk je grond plat en dicht en dat wil je juist niet, want dan kan het water niet weglopen als het dicht is en wordt water niet goed vastgehouden droge periodes.



Als je bedden wilt aanleggen, onthoud dan dat de breedte van je bed 2x de lengte van je arm is, je wilt namelijk bij het midden van je bed kunnen zonder erop te staan. De breedte van je pad is minimaal de lengte van je voet! Dan hoef je dus ook niet op je bed te staan.

## Zorg voor duidelijke paden

Dan loop je niet overal  
Dan blijft de grond los



Wat nog meer voor een betere structuur zorgt is:

- Meer organische stof en dus meer bodemleven.
- Diep en dicht wortelende gewassen.
- Je bodem afdekken met mulch of planten, waardoor je minder kracht van de regen hebt op je grond en meer bodemleven.

Pas ook de beplanting aan de omstandigheden aan. Als je weet dat het heel heet wordt en je kan geen water geven, kijk dan naar planten die weinig water nodig hebben en die tegen hitte kunnen. Gebruik op de website van Velt de plantenzoeker om te zien welke plant het beste bij jouw tuin past!

En tot slot, het is lang niet altijd nodig om water te geven. Je planten worden er lui van en wortelen minder diep. Zorg ervoor dat de grond niet helemaal uitdroogt en geef liever af en toe veel water dan elke dag een beetje. Beperk ook de kracht van de waterstraal, anders spuit je de bovengrond/bovenlaag van je grond weg.

Wij wensen jullie veel plezier komende jaren met tuinieren en vooral:

***Geniet van je levende tuin!***

Groetjes namens het Tuintalk-team  
Hester & Carolien

## **Boekentips !!!**



### **Thee tuin**

door Modeste Herwig

Zelf je theeplanten kweken, oogsten en mengen.

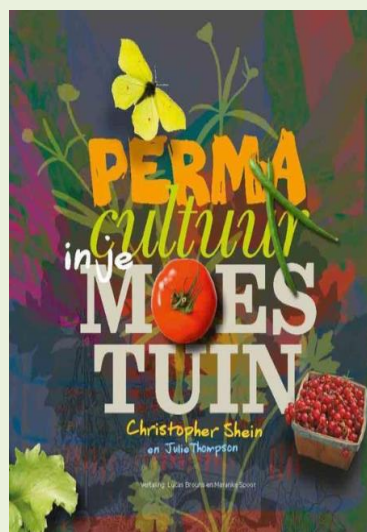
Modeste Herwig laat je ontdekken hoe je zelf de lekkerste thee maakt van verse en gedroogde tuinplanten. En je leest alles over kleurige en geurige theemelanges, smaken, kweken van planten, drogen en bewaren.



### **Zelfgemaakte bereidingen met geneeskrachtige kruiden**

door Anne McIntyre

Maak van je tuin, terras of vensterbank een heus medicijnkastje en zie wat kruiden voor je kunnen betekenen.



### **Permacultuur in de Moestuin**

door Christopher Shein & Julie Thompson –

Permacultuur in je moestuin behandelt veel soorten fruit, groentes en kruiden. Het boek wijst je de weg naar een veerkrachtige samenhang in je tuin: Hoe je slimme combinaties van planten maakt die elkaar versterken, hoe je nuttige insecten naar je tuin lokt en hoe je de bodem in een gezonde balans brengt.



## Nieuws uit de omgeving: MoestuinMix

### **Inleiding**

Bij de Wageningen University & Research (WUR) loopt een vijfjarig onderzoek dat zich richt op het bevorderen van duurzame landbouw. De WUR doet dit samen met een aantal partners waaronder de AVVN, waarbij onze vereniging ook is aangesloten. Het onderzoek richt zich op de voordelen van gewasdiversiteit. Het onderzoeksprogramma maakt ook gebruik van burgerwetenschap, waarbij moestuiniers gewascombinaties testen. De kennis die onderzoekers hiermee verzamelen kan akkerbouwers ondersteunen.



### **De burgerwetenschap**

Burgerwetenschap? Een deftig woord! Het gaat gewoon over de kennis die u en ik als moestuinliefhebbers hebben van moestuinieren. De onderzoekers zijn daarom in 2024 een project gestart met de naam MoestuinMix. Het doel is om meer kennis op te doen over gewasdiversiteit en hoe dit in de praktijk werkt in een moestuin of op een akker. Zij zoeken specifiek naar gewascombinaties die de teelt bevorderen en de processen die hiervoor zorgen. Deze kennis zou van belang kunnen zijn voor akkerbouwers die aan de slag willen met gewasdiversiteit op hun akkers. Hoe beïnvloeden verschillende gewascombinaties elkaar? Wat is het effect op de oogst, op bestuivers of op plagen? Omdat de hoeveelheid mogelijke gewascombinaties enorm is, is alleen gekeken naar combinaties met de tuinboon. Het is een interessant gewas omdat het stikstof uit de lucht bindt en daarmee de bodem verrijkt. Daarnaast is het een aantrekkelijke plant voor bestuivers. De deelnemers aan het onderzoek kregen de opdracht om de tuinboon in hun moestuin te combineren met pompoen, en met een ander gewas naar keuze. Ook die vrije keuze levert interessante inzichten op.

### **Resultaten MoestuinMix**

Iedere deelnemer aan het onderzoek heeft dus enerzijds de tuinboon gecombineerd met pompoen, anderzijds met een keuzegewas. De meest gekozen keuzegewassen met tussen haakjes de meest voorkomende redenen zijn: rode biet (hebben een gelijk groeiseizoen met bonen, tuinbonen geven beschutting voor bieten), aardappelen (de stikstof van de tuinbonen is gunstig voor aardappelen) en uien (de uiengeur schrikt schadelijke insecten af). Het blijkt dat sommige combinaties met tuinbonen een hogere opbrengst aan tuinbonen geven dan andere. De voorzichtige conclusies zijn: tuinbonen die naast selderij, spinazie of erwten/peulen staan, geven meer opbrengst dan wanneer ze naast pompoen staan in dezelfde tuin. Tuinbonen die naast bloemen, bonen, uien, wortelen of maïs stonden, leken het juist slechter te doen dan de tuinbonen naast de pompoen. Voor de andere gewassen is er geen verschil te zien in oogst óf ze zijn door te weinig verschillende deelnemers getest om er een conclusie over te kunnen trekken.

### **Eigen ervaring**

Ik heb meegedaan aan het onderzoek. Ik heb de gekregen tuinbonen en pompoenzaden voorgetrokken en geplant zoals ik altijd doe. Door de overvloedige regenval in het voorjaar



kreeg ik armetierige tuinbonen zonder opbrengst. Pas na lange tijd gingen de pompoenen groeien en heb ik er een aantal geoogst. Mijn bijdrage aan het onderzoek is helaas mislukt.

### Meedoen aan het onderzoek in 2025?

Het eerste onderzoek jaar 2024 is succesvol verlopen. In 2025 wordt het experiment van MoestuinMix herhaald. Weer worden verschillende combinaties met tuinbonen getest, waarvan de deelnemer weer zelf mag kiezen voor een keuzegewas. Daarnaast is er een nieuwe vaste combinatie: tuinboon met rode biet, in plaats van pompoen.

Wil je (nogmaals) meedoen? De inschrijving voor seizoen 2025 is geopend. Dit kan in ieder geval t/m 19 januari 2025. Inschrijven kan via:

[https://wur.az1.qualtrics.com/jfe/form/SV\\_bjcWs5ENZRWIbG6](https://wur.az1.qualtrics.com/jfe/form/SV_bjcWs5ENZRWIbG6)

Bronvermelding: Veel uit dit artikel heb ik gehaald uit de MoestuinMix nieuwsbrief november 2024.

Bert Drolenga

## Activiteiten in- & rondom ALPHEN a/d RIJN

<p><b>Diverse data:</b> <u>eind december 2024 &amp; begin januari 2025</u></p> <p><b>Dagelijks</b></p> <p><b>Dagelijks</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De Lumineuze Nachten op Kasteel de Haar te Haarzuilens: beleef een betoverend lichtfestival in de Tuinen van Kasteel de Haar <a href="http://www.delumineuzenachten.nl">www.delumineuzenachten.nl</a></li><li>• Brouwcafé de De Molen – voor een lekkere lunch, proeverij of rondleiding bel: 0172 – 610848, Overtocht 43, Bodegraven.</li><li>• Arboretum Trompenburg &amp; Tuinen, waar je een prachtige botanische tuin aan de rand van het centrum van Rotterdam, in Kralingen, kan vinden. Een bezoek is zeer de moeite waard.</li><li>• Adres: Honingerdijk 86 (beneden), Rotterdam, tel: 010 – 233 01 66 - <a href="mailto:info@trompenburg.nl">info@trompenburg.nl</a></li></ul>	 <p><b>DON'T FORGET!</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Leuke dingen om te doen in het Groene Hart kijk op Struinen &amp; Vorsen. <a href="http://www.struinenenvorsen.nl">www.struinenenvorsen.nl</a></li><li>• Check ook eens de website van Hier is Alphen via: <a href="http://www.hierisalphen.nl">www.hierisalphen.nl</a></li></ul> <p><b>TO-DOS</b></p> <p>Nog meer leuke tips .... mail naar: <a href="mailto:algemenezaken@tuinverenigingspoorzicht.nl">algemenezaken@tuinverenigingspoorzicht.nl</a></p> 
--	--	---

Oplossing Precies vier:

Kleur: wortelen – pompoen – mandarijn – zoete aardappel  
Soep: asperge(soep) – erwten(soep) – bieten(soep) – courgette(soep)  
Winter: spruiten – boerenkool – prei – rode kool  
Letter: paprika – eikenbladsla – okra – rucola (eindigen op -a)

## Effe Beppen

'Nee, geen asperges die doen t hier niet.'

'Oh wat jammer, daar ben ik gek op.'

'Ja jammer, hè, maar weet je wat je wel kan doen?  
Keukenmeidenverdriet.'

'Wat zeg je?'

Ja, dat zijn schorseneren, ook lekker en die doen t hier wel goed.'

'Oh, oké, bedankt voor 't weetje.'

(Nu ben ik stiekem wel op de hoogte dat een van de pro's op de tuin wel asperges in het assortiment heeft. Maar ja, je bent een pro of je bent 't niet natuurlijk.)



Ook zit er vaak een stukje emotie of nostalgie in de tuinen om ons heen. Zoals de aardbeienstekjes van je vader of de zonnebloemzaadjes van je oma. Vaak van vader op zoon of van oma op kleindochter, vul zelf maar in. Bijna iedereen heeft wel iets wat groeit of bloeit in de tuin van een dierbaar iemand gekregen. Daarom gaat er denk ik veel liefde zitten in tuinieren en daar moeten we altijd dan maar aan denken als de boel weer eens wordt Opgevreten door de slakken, vogels of fazanten. Of wanneer de boel weer eens dreigt te verzuipen of te verdrogen. Je krijgt 't nooit helemaal perfect. Nou ja, op de pro's na dan, hè! Bij hen gaat altijd alles voor de wind, tenminste als je hun moet geloven.

O ja, en neem vooral een Dave's Stormkas, want verder gaat alles de lucht in hier. Dus nu denk ik bij elke windvlaag dat de kas van mijn burens en dan vooral het glas van mijn burens door het hele complex is gewaaid. Met dank aan de pro's doe ik nu geen oog meer dicht.

Nu heeft gelukkig een buur verderop een tweedehandsje opgeknapt. Hier en daar wat gekit en verstevigd met nu al jarenlang veel plezier ervan. Geen rib uit het lijf, alleen wat aanpassingen en zo kan het dus ook als je een beetje handig bent. Nou mensen, ik draai mij nog maar eens om en droom van een prachtig en gezellig nieuw tuinseizoen.

Met een lekker bordje asperges op de bank.

Waarschijnlijk van de groenteboer.

Dat dan weer wel!

Wordt vervolgd!

Bep Teekens  
Dillepad 2a



# Alphense Sleutel & Slotenservice

Voor al uw:

- huissleutels
- fiets- en scootersleutels
- boot- en caravansleutels
- (keyless) autosleutels
- cilinders
- kluizen
- sluitplannen
- meerpuntsluitingen



☎ 0172-475219  
✉ info@alphensesleutelservice.nl  
🌐 www.alphensesleutelservice.nl  
📍 Ondernemingsweg 40  
2404 HN, Alphen aan den rij

[WWW.ALPHENSESLEUTELSERVICE.NL](http://WWW.ALPHENSESLEUTELSERVICE.NL)



Kaagjesland 47  
2811 KL Reeuwijk – Holland  
Telefoon: (0182) 39 22 74, Telefax: (0182) 39 59 65  
E-mail: vanbreda@planet.nl

[WWW.VAKTUIN.NL](http://WWW.VAKTUIN.NL)