



Het voorjaar is vroeg...

Begin april stonden de pruimenbomen al volop in bloei!

Een nieuwe lente, een nieuw Bestuur

Tijdens de ALV van 26 maart is met algemene stemmen en applaus het nieuwe bestuur van onze tuinvereniging verkozen en geïnstalleerd. In deze Com.Post stellen alle bestuursleden zich voor.



van de bestuurstafel: EEN NIEUWE LENTE

Mauritz Hansen voorzitter

Tuin 8 Sinds 2010 Leukste om te doen composteren
In het bestuur Ik heb veel ideeën over natuurlijk tuinieren en het bevorderen van het ecosysteem op het complex. Ook houd ik van de interactie tussen mensen en vind ik het als projectleider leuk om groepen aan te sturen.

Goed in Ik heb een passie voor biologisch tuinieren en daardoor veel kennis van composteren, plantensoorten en groenbemesting. Tijd om die boekenkennis nog meer in de praktijk te brengen!



De lente is in volle bloei en alles kleurt groen. Ik was vroeg vanochtend in mijn tuin en stond te genieten van de vogelzang en de kersenbomen in bloei. En ik dacht toen: wat zijn wij toch gelukkig om hier deel van te zijn.

In maart was de jaarlijkse ledenvergadering. Het was een goede vergadering met een positieve sfeer. Wij hebben het nieuwe 'boekje' besproken; de definitieve versie zult u binnenkort ontvangen. Ook werden een aantal nieuwe leden tot het bestuur benoemd. In het jaarboekje staan straks alle relevante contactgegevens, inclusief de namen en contactgegevens van het bestuur. Via deze Com.Post kunt u alvast kennismaken met het nieuwe bestuur.

Een belangrijk initiatief in onze tuinencomplex dit jaar is dat de principes van natuurlijk tuinieren gebruikt zullen worden om de openbare ruimtes te verfraaien. Het idee achter natuurlijk tuinieren is simpel: zorgdragen voor het hele ecosysteem, dus

vogels, insecten, planten en de bodem. Voor meer informatie zie: <http://www.avvn.nl/natuurlijk-tuinieren>. Ella Huisman heeft dit initiatief in gang gezet en werkt daar samen met de tuinders in de groep Algemeen Werk met heel veel passie aan. Verder hebben wij natuurlijk ook de vlindertuin en de vogeltuin die zullen zorgen voor meer insecten en vogels in onze tuinen.

U hebt misschien gemerkt dat er een nieuwe hoop champost op de parkeerplaats ligt. Het is echter voor het eerst champost van biologische oorsprong. Dat betekent dat er geen pesticiden of herbiciden zijn gebruikt bij het kweken van de champignons. Voor diegenen onder u die nog nooit champost in uw tuin

gebruikt hebben: Probeer het gerust! Champost bestaat uit paardenmest, kippenmest, stro en gips. Heel veel organisch materiaal dus. Dit dient niet alleen als voeding, maar verbetert ook de structuur van de grond. Wilt u een beetje minder harde klei en een beetje meer bewerkbare grond? Gebruik champost! De prijs is iets gestegen en ligt nu op 75 cent per volle kruiwagen.

Ik hoop dat u deze uitgave van Com.Post met genot zult lezen. En vergeet niet Stekjesdag op 22 mei.

Mauritz Hansen, voorzitter

'Bestuursleden zijn ook tuinders'

DE ALV

Onder het motto 'Bestuursleden zijn ook tuinders' vond op zaterdag 26 maart de Algemene Ledenvergadering van onze tuinvereniging plaats.

Ruim een derde van alle tuinders – zeer veel in vergelijking met andere verenigingen – was afgekomen op een volle agenda. En er viel ook veel te bespreken. In ruim 2½ uur legde het oude bestuur verantwoording af over het afgelopen jaar, werden maar liefst vier nieuwe bestuursleden gekozen, presenteerde het bestuur de plannen voor 2011 en werd het zogenaamde 'Boekje' uitgebreid besproken.

Marleen van Es secretaris

Tuin 82 Sinds 2007 Leukste om te doen Kijken hoe de natuur z'n gang gaat. Steeds zie ik nieuwe dingen als ik op de tuin ben. Nu verwonder ik me weer over de losbarstende natuur.

In het bestuur Ik was al bezig met de website, de nieuwsbrief en informatieborden. Toen ik gevraagd werd om secretaris te worden, klonk dat als een logische stap.

Goed in koken



De bestuursleden hebben er zin in!

Een paar hoogtepunten:

- Financieel heeft de vereniging een goed jaar gedraaid, door slim beheer van de middelen en het binnenhalen van allerlei extra gelden. Als nu ook nog alle tuinders netjes hun zand, mest en water afrekenen, blijven we ook in de toekomst gezond.
- Er gaat hard gewerkt worden aan een betere drainage van met name het westelijk deel van het park. Er wordt een systeem aangelegd waar elke tuinder zelf op kan aansluiten. Hoe dat moet en wat de kosten daarvan zijn, zal later worden uitgelegd in een speciale voorlichtingsbijeenkomst.
- Natuurlijk tuinieren neemt een steeds hogere vlucht. We gaan de komende jaren aan de slag om in aanmerking te komen voor het Keurmerk Natuurlijk Tuinieren. Elders in deze Com.Post lees je er meer over.
- Het algemeen werk wordt iets anders ingericht. Voor iedereen die niet bij een vaste werkgroep aan de slag is (zoals de thematuinen), komen er weer een aantal zaterdagen om je steentje bij te dragen. De indeling van het algemeen werk staat op de website en wordt rondgestuurd aan de leden.
- Het 'Boekje' (een soort dagelijks reglement) wordt goed ontvangen door de leden. Opmerkingen zijn er vooral over de stijl (minder bestraffend en meer uitnodigend) en over een aantal voorstellen: de speeltoestellen voor kinderen, het houden van dieren en het gebruik van het verenigingsgebouw. Het bestuur belooft op al deze punten terug te komen en een nieuwe en uitgebreide versie van het Boekje te maken. Het definitieve Boekje zal onder alle leden verspreid worden.

Natuurlijk tuinieren

ONKRUID BESTRIJDEN

Op een natuurlijke manier onkruid bestrijden, hoe doe je dat nu eigenlijk? Voor het gemak hebben we het nu over ongewenste planten, zoals kweekgras, zuring en brandnetel. De vraag wanneer een plant onkruid is, bewaren we voor later.

Zaadonkruiden en wortelonkruiden

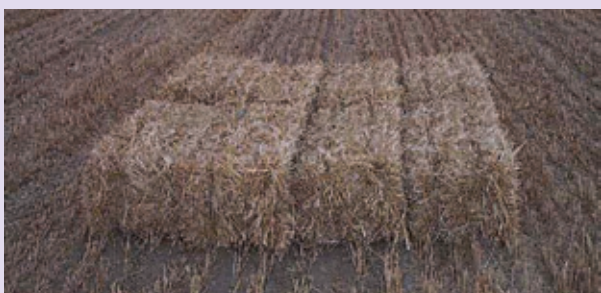
Voorkom de verspreiding van zaden door de planten geen rijp zaad te laten maken. Als het rijpe zaad valt, dan zal de plant zich weer opnieuw uitzaaien en daarmee begint de cyclus opnieuw. Haal van wortelonkruiden zoals zuring de wortel zoveel mogelijk weg. Put de plant vervolgens uit door hem iedere keer, als de plant bovengronds komt, af te schoffelen.



Kweekgras

Stro bestellen

Binnenkort gaat er weer een bestelling uit voor balen stro. Wilt u stro bestellen à 5 euro per baal om bijv. uw planten te beschermen, mail dan naar parkbeheer@atvdehogeweide.nl o.v.v. het aantal balen stro.



Ton Lathouwers penningmeester

Tuin 75/76 Sinds 2004 Leukste om te doen Dingen creëren, helemaal zelf bepalen hoe je jouw stukje land inricht.

In het bestuur Ik vind het belangrijk dat we een gezonde vereniging zijn waar iedereen plezier heeft in tuinieren.

En waar we elkaar helpen. Omdat ik al vaker penningmeester ben geweest, ligt deze taak me wel.

Goed in Je kunt me altijd vragen stellen over infrastructuur, bouwprojecten en waterbeheer.



Uiteindelijk win je dit gevecht. Op ons complex komt ook veel kweekgras voor. Dit onkruid met lange witte wortels moet volledig verwijderd worden. Als je spit of freest, hak je de wortel in stukjes. Zo kan elk wortelstukje op zich weer uitgroeien tot een nieuwe plant. Bij kweekgras is een spitvork handig om de wortels te verwijderen. Brandnetel maakt juist oppervlakkige wortels die je gemakkelijk met de hand kunt verwijderen.

Grond afdekken of groenbemesters zaaien

Als je een stuk grond lange tijd niet gebruikt, kun je kiezen om de planten te maaien of de grond af te dekken. Maaien spreekt voor zich maar afdekken kan je op verschillende manieren doen. Met worteldoek of plastic krijgt onkruid geen kans. Maar voor het bodemleven is het door gebrek aan licht en lucht funest. De grond voor korte tijd bedekken met karton zie je steeds vaker. Het karton verteert naar verloop van tijd. De grond mulchen is ook een prima oplossing. Bedek de grond met een flinke laag stro, blad of compost. Vul wel regelmatig aan, want deze mulchlaag verteert. Maar denk ook eens aan een groenbemesters, zoals winterrogge of klaver. In de herfst zaai je winterrogge en in het volgende voorjaar spit je de rogge onder. Doe je langere tijd niets met een stuk grond, zaai dan klaver. Klaver is een stikstofbinder die de grond na het omspitten verrijkt met stikstof. De grond is dan goed bemest voor groenteteelt.

Brandnetels voor vlinders

Ben je toch een stukje met brandnetels vergeten? Geen probleem. Vlinders zoals de dagpauwoog en de kleine vos zullen je dankbaar zijn. De brandnetel is namelijk een waardplant: voedsel voor rupsen! Verwijder wel de toppen om rijp zaad (en boze burens) te voorkomen. Maak van de plant ook eens brandnetelgier: laat brandnetelbladeren in een emmer water rotten en gebruik het als spuitmiddel tegen luizen. En brandnetelgier is ook nog eens een bladbemester!



Een floating island met zwanenbloem

WORKSHOP NATUURLIJKE OEVERS EN BEPLANTING DOOR ROOS BROERSEN

Op de eerste warme lentedag van 2011 komt een groep enthousiaste leden bij elkaar om zich te laten inspireren door Roos Broersen van de AVVN over natuurrijke en bloeiende oevers. Roos begint over de voordelen van natuurrijke oevers. Meer natuurwaarde en schoonheid. En voor dieren meer nest- en schuilplekjes.

We leren dat natuurlijk water veel zon nodig heeft. Dat blad in het water nadelig is omdat de afbraak van blad veel zuurstof kost. In de herfst zou je het blad kunnen verwijderen. Uitbaggeren van de sloot is goed voor de doorstroming en zorgt ervoor dat de sloot diep genoeg blijft zodat dieren tijdens de vorst kunnen overwinteren. Voor dieren zijn glooiende oevers van levensbelang. Ze kunnen het water in- maar vooral ook weer uitgaan. Onze slootkanten kunnen we diervriendelijker maken door kikkertrappen te bevestigen. We krijgen een gedetailleerde bouwtekening te zien waarmee we zo aan de slag kunnen.



Frouckje van der Wal interne communicatie
Tuin 138 Sinds 2009 **Leukste om te doen** Onkruid
trekken. Vaak zit ik dat op een krukje te doen.

In het bestuur Als coördinator van de werkgroep PR
leek het me wel logisch om direct vanuit het bestuur deze
uitdaging op te pakken. Ik vind het belangrijk dat al onze
communicatie een zelfde uitstraling heeft en er goed uitziet.

Goed in Ik ben een echte netwerker en kan dus mensen
met elkaar en met informatie in contact brengen.



Peter van Burik opstellen en infrastructuur

Tuin 54/55 Sinds 2009 Leukste om te doen Onkruid wieden en compost maken. Ik heb dan het gevoel dat ik deel uitmaak van een hele cyclus. Alles komt weer terug op je eigen grond. En me bezighouden met de Voedselbanktuin.

Dat voegt echt iets toe aan onze vereniging.

In het bestuur Ik draag graag mijn steentje bij. Als bestuurslid kan ik eraan bijdragen dat we op een aardige manier met elkaar omgaan en plezier beleven aan ons complex.

Goed in Ik heb een redelijke planten kennis.



'Floating islands in de vijver of sloot, hebben jullie daar wel eens aangedacht,' vraagt Roos. Met lichte verbazing kijken we naar watertuinen op piepschuim en jerrycans. Een watertuin gemaakt op het materiaal waarin televisies worden vervoerd, we huiveren. Maar na de eerste schrik groeit de waardering als we prachtige combinaties van kievitsbloem en alchemilla zien.



Kattenstaart met smeerwortel. Of de wonderschone zwanenbloem. We zijn om, het eerste experiment met een floating island gaan we in de vijver van de vlindertuin uitproberen. We wisten al waarom het zo belangrijk is om geen gif en kunstmest te gebruiken. De giftige stoffen spoelen uit en belanden in onze sloten. Maar we leren ook om spaarzaam te zijn met organische meststoffen omdat de afbraak van compost ook enorm veel zuurstof kost. Bemest de tuin alleen wanneer het nodig is. Champost in het voorjaar aanbrengen, zoals wij al doen, is perfect. In het voorjaar gaan de planten de mest namelijk echt gebruiken en voorkom je wegspoelen. Roos waarschuwt voor hout dat is bewerkt met wolmanzouten en composthoppen dichtbij de sloot. Plaats een composthoop minstens vijf meter van de sloot. Dek de composthoop in de winter af zodat organische meststoffen niet uitspoelen. Een sloot met voldoende zuurstof is in evenwicht. Dat is goed voor dier en plant.

En daar gaat het ons om: een sloot die in evenwicht is, oevers met afwisselde beplanting en allerlei diertjes. Zodat we komende jaren op zo'n warme lentedag minder onderhoud hebben aan de slootkanten maar kunnen genieten van prachtige bloemen en ons kunnen verwonderen over het leven dat er aanwezig is.

Slootkantpracht

Komend jaar gaan we aan de slag met de slootkanten op het complex. We zaaien nieuwe planten zoals adderwortel, iris, akelei, moederkruid en echte koekoeks-bloem. Neem de planten niet mee voor de eigen vijver maar laat ze staan!



Zwanenbloem



Workshop door Rinia en Samira

SURINAAMS (EN MAROKKAANS) KOKEN

Een heerlijke lentedag, 20 maart: er wordt alweer volop gewerkt in de tuin. Om drie uur komt een groepje tuinders bij elkaar om door Rinia (tuin 26) te worden ingewijd in de geheimen van de Javaans-Surinaamse keuken. Zij wordt bijgestaan door Samira die ons Marokkaanse salades leert maken.

Tijdens de thee in de zon op het gloednieuwe terras legt Rinia alvast wat uit over de ingrediënten. Verse gember en laos-wortel heeft zij wel meegenomen, maar wij gebruiken de gedroogde (poeder)variant. Sommige mensen houden niet van de draadjes tussen je tanden en wij hebben geen stokers. Verder zweert Rinia bij het gebruik van 'Maggi'. De vierkante blokjes gaan overal doorheen. Zij vertelt over Djangan Bening, een heldere groentesoep met ui en kousenband en hoe haar moeder die klaarmaakte.

Daarna worden wij aan het werk gezet. Onder toezien oog van Rinia worden uien fijn gesneden. 'Eerst de bovenkant er af, het onderste stukje laten zitten. Dan ga je niet huilen.' Knoflooktenen worden geplet en dan gepeld en de kousenband van de puntjes ontdaan en in stukjes van 3 cm gebroken. Je kunt ze natuurlijk snijden of knippen, maar met de vinger breken is het leukst! Rinia heeft wel eens geprobeerd om kousenband te verbouwen, maar dat gaat niet goed in ons koude klimaat. De kousenband wordt te dik. Wellicht dat het in een kas wel lukt, en anders kun je het kopen in de Toko. Of bij de Jumbo. Net als de Maggi-blokjes.

Dan de keuken in. De opkomst is helaas niet zo groot, maar dat komt nu wel goed uit. Kunnen we allemaal goed volgen wat Rinia doet. Onder uitroepen als 'Jeetje, wat kook ik simpel' en 'Wat ruikt dat al fantastisch' verdwijnt alles in de pan.

Samira laat ons intussen zien hoe je paprika's roostert op het fornuis. Eén van de ingrediënten van een superlekkere en gezonde salade.

Als de kip een half uurtje zachtjes geprutteld heeft moeten we proeven van Rinia. 'Wat moet er nog bij?' '...peper?!' Goed geproefd, wij zijn geslaagd! De grote tafel in het clubhuis wordt gedekt en aan het eind van de middag genieten we met een man/vrouw of twaalf van een zeer smakelijke maaltijd. Wij zijn het met elkaar eens, dit is zeker voor herhaling vatbaar. Misschien in de loop van de zomer, als we kunnen koken met zelf gekweekte groentes en kruiden. Het recept van de heerlijke Javaanse kip staat alvast op de laatste bladzijde van deze ComPost.

De Marokkaanse salade van Samira smaakt heerlijk bij Rinia's kip. De ingrediënten zijn heel eenvoudig:



- komkommer
- tomaat
- paprika (rood en groen)
- citroen
- peper
- zout
- olijfolie

En de bereiding is als volgt: Paprika's in het open vuur van het gas leggen (of in de oven onder de grill). Aan alle kanten zwart blakeren (dus ronddraaien!) en vervolgens in een dichte plastic zak een half uur laten 'zweeten'. Intussen komkommer en tomaat in kleine blokjes snijden. Citroen schillen en de vrucht ook in kleine stukjes snijden. Als de paprika's zijn afgekoeld, kun je de schil er gemakkelijk aftrekken. Ook in kleine stukjes snijden en alles in een schaal mengen. Peper, zout en olijfolie naar smaak toevoegen.

Ella Huisman parkbeheer

Tuin 94/95 Sinds 2008 Leukste om te doen Ik bemoei me graag overal mee. En ik houd van zwaar werk, zoals spitten en bomen kappen.

In het bestuur Natuurlijk tuinieren is m'n ding. Door in het bestuur te gaan, kan ik daar direct mee bezig zijn voor het hele complex. Ik wil zorgen dat het park kleurrijker wordt en dat recyclen normaal wordt voor al het groen, hout en stenen.

Goed in Dingen regelen op groengebied. Ik heb veel lijstjes en contacten en geef graag informatie.



Gespot: fazantennest in tuin 147

Heeft u ook iets bijzonders gezien?
Laat het ons weten
en stuur als het kan een foto mee:
natuurlijktuinieren@atvdehogeweide.nl



Activiteitenkalender

22 mei • **stekjesdag**
schapen scheren
kinderworkshop bijhotel maken

17 september • **workshop composteren**

22 oktober • **film 'Life in the soil'**
lezing 'Een gezond bodemleven'

Natuurclub Kanaleneiland gebruikt clubgebouw voor pizzamaaltijd en ziet egeltje

De Natuurclub Kanaleneiland is een maandelijks clubje voor kinderen van 8 tot 14 jaar. Elke maand op een vrijdag avond doen de kinderen een excursie of een activiteit waarbij de natuur centraal staat. In februari gebruikte de club voor het eerst het verenigingsgebouw van de ATV. Veertien kinderen maakten vogelhuisjes, leerden over vogels, gingen voor een wandeling op het complex en aten pizza. Een maand later had de club een huttenbouw wedstrijd op de tuin. Zeventien kinderen timmerden erop los. Ze kookten Marokkaanse worstjes in tuin 136 (de tuin van Shafiq Bouma) en zagen tijdens een wandeling een egeltje.

Als je je ook wilt opgeven voor de Natuurclub stuur dan een mailtje aan Henk Bouma: henkbouma@gmx.net of Frouckje van der Wal: frouckje@ziggo.nl

De Natuurclub Kanaleneiland is een initiatief van Stichting UMA, een Christelijke stichting die Moslims en Christenen dichterbij elkaar wil brengen.

Henk Kroon facilitaire dienst en gastheer

Tuin 74 Sinds 2005 Leukste om te doen Eigenlijk vind ik al het werk leuk om te doen, maar met name van aanleg en onderhoud word ik blij.

In het bestuur Ik ga graag met mensen om, dus toen ik gevraagd werd, heb ik ja gezegd. Als gastheer heb ik toch al veel contact met nieuwe en zittende tuinders.

Goed in Mensen zeggen dat ik benaderbaar ben en een luisterend oor bied.



R E C E P T

... uit de workshop 'Surinaams koken'

Op 20 maart wijdde Rinia (tuin 26) een groepje tuinders in in de geheimen van de Javaans-Surinaamse keuken. Hier is een lekker kip-recept voor wie niet aan de workshop heeft deelgenomen, maar toch wil proeven hoe het smaakte!



Javaanse kip

- 1 kilo kip (dijfilet) in stukken
- 1 grote ui
- 3 tenen knoflook
- 3 blokjes maggi
- 2 schepjes suiker
- 1 lepel gemberpoeder
- 1 lepel nootmuskaat
- 2 lepels laos
- 1 lepel piment
- 1 blikje tomatenpuree
- 3 lepels ketjap asin (zoute ketjap)
- selderij

In grote pan de zonnebloemolie verhitten. Ui in kleine stukjes snijden en bruin fruiten. Na 5 minuten de knoflook erbij. Kip toevoegen en aanbraden. Vervolgens alle ingrediënten (behalve de selderij toevoegen) en door elkaar roeren. Met de deksel op de pan een half uur op zacht vuur laten pruttelen. Even proeven, misschien moet er nog wat peper of zout/maggi bij. Op het laatst de gesneden selderijblaadjes toevoegen.