

HOEF- OF HOESTBLAD

Van onze correspondent Leen Verhoeven

Na vele weken grijs en somber weer, eindelijk op 4 maart zon! En al was de wind nog erg koud, zoals velen doken ook wij de tuin in: we hadden er zin in! De Wilde Planten tuin lag er wat verlaten bij: een paar verdwaalde krokussen, en paden vol met uitschietende Bolderik, maar ook het fel geel bloempje van het Klein Hoefblad. Een aantal mensen in mijn omgeving met een hardnekkige hoest, vragen mij wel eens of daar geen alternatief middelje voor is. Volgens kruidenskundige Mellie Uyl-dert is er voor elke kwaal wel een, en ook groeit dat dan in de buurt van de kwaal. Het Klein Hoefblad is van oudsher het middel tegen hardnekkige hoest, dus ben ik daar mijn boeken nog maar eens voor ingedoken.

Tussilago Farfara, (de wetenschappelijke naam) is afgeleid van de latijnse werkwoorden tussis (hoesten), en agare (verdrijven). Farfare, far (meel) duidt op de onderkant van het blad wat wit viltachtig is. Er is ook een Groot Hoefblad, Petasitus hybridus, (niet in onze tuin). Bij beide planten komen eerst de bloemen en pas na de bloei de bladen, die de vorm van een hoef hebben. Van het Groot Hoefblad is bewezen dat een middel ervan goed werkt bij migraine.

Ik heb me nu slechts wat "verdiept" in de geschiedenis van het Klein Hoefblad. De naam Hoefblad is algemeen ingeburgerd, maar moet eigenlijk Hoestblad zijn, het gebruik ervan was al bekend in de eerste eeuw. Een recept van Plinius (een amateur wetenschapper rond het jaar 23 na Christus) luidt als volgt: "de wortel op houtskool van cipressenhout leggen en de rook hiervan, door een trechter inademen" !? Volgens de franse arts Marcellus Empericus (15^{de} eeuw) moest men de bladeren plukken op donderdag tijdens eb, en bij afnemende maan, in een ijzeren pot met gloeiende kolen doen en de rook opsnuiven! Denk bij dit alles nog kaarslicht en een mooi muziekje en je voelt je al een stuk beter! De bladeren werden ook wel gekneusd en op zwerende wonden gelegd.

De plant is ook bekend als Paardehoef, (in Friesland) in de omgeving van Aalsmeer als

Geiteblad (alleen geiten eten van het blad, ander vee niet). Of als tabaksblad, omdat de bladen als tabakssurrogaat werden verwerkt, en gerookt om oude hoest te verdrijven. Dit werd in 1656, aanbevolen door ene Joh.van Beverwijck in zijn boek "Schat der ongesont-hey".

Een Zeeuws gezegde luidt: "Hoeven doen de boeren bedroeven", dit omdat de plant taaie, woekerende wortels heeft.



En natuurlijk kwam er ook weer een Heilige bij kijken: een tot het Christendom bekeerde Romeinse soldaat: Quirinus/ Sinte Carijnkruid, waarvan de bedevaartsplaats in Loenhout, België, voor genezing, werd (of nog wordt) bezocht door mensen met zwerende wonden. Het voorgaande vond ik in oude boeken, de huidige wetenschap vermeldt op internet, dat men voorzichtig moet zijn met het gebruik ervan, omdat er stoffen inzitten, die schadelijk zijn voor de lever, (in België staat Klein Hoefblad op een lijst van verboden middelen). Het ene plantje in de Wilde Plantentuin, is ook niet de moeite waard om er thee van te zetten. Dan kunnen we beter de Honing aanschaffen van de Bijen uit de tuin, helpt vast ook tegen hoest!

Leen.

IMPRESSIE KRUIDENCURSUS

Door cursusleidster Ingeborg Nienhuis

In de aankondiging van de kruidencursus een aantal weken geleden schreef ik dat de winter nog niet helemaal uit het land was, maar wie had kunnen denken dat het tijdens de eerste les van de voorjaarscursus nog zou vriezen...

Van het voornemen om een wandeling in de tuin te maken om alle voorjaarskruidjes te gaan aanschouwen kwam dus niets terecht. Zaterdag was het koud en het regende, we hebben toch de paraplu's gepakt, maar het bleef bij een paar dappere blaadjes duizendblad en 3 bloempjes van het longkruid. Daarna waren we weer toe aan een verwarmende kop kruidenthee.

Tijdens de vervolgcursus op zondagmorgen begon het zelfs te sneeuwen en werd het idee om naar buiten te gaan wel heel onaantrekkelijk. Gelukkig was er nog de voorraad gedroogde kruiden van vorig jaar, zo zie je maar hoe belangrijk het is, en vroeger was, dat kruiden bewaard konden blijven om er ook in barre tijden nog profijt van te hebben.

We hebben een voorjaars-reinigingsthee samengesteld van gedroogde kruiden die ons helpen bij de voorjaars schoonmaak. Want zoals in het voorjaar de natuur zich begint te vernieuwen en alles weer, zichtbaar en onzichtbaar, in beweging komt, zo gebeurt dat ook in ons lichaam. De winter was een tijd van rust, minder beweging, minder zonlicht en, als je met de seizoenen mee-eet, een dieet van knollen, kolen, wortels en stamp-en stoofpotten.

Behoorlijk zware kost dus en vaak zijn we ook een aantal kilootjes zwaarder dan vóór de winter.

Nu volgt ons lichaam de natuur en komt in beweging. Ze wil opruimen, de afvalstoffen en overtollige kilo's kwijt zodat ze weer vol levenskracht en energie de lente in gaat. Soms heeft het lichaam moeite die afvalstoffen kwijt te raken en dat noemen we voorjaarsmoeheid. Juist dan zijn de voorjaarskruiden zo'n belangrijke aanvulling, ze reinigen, voeren af en vullen tekorten aan. Ze stimuleren o.a. de nieren en de lever, en zitten boordevol mineralen en vitaminen.

Samen met een dieet van wat lichter verteerbare voeding, veel fruit en verse groenten, genoeg vochtinname en regelmatig een flinke wandeling, is de winter zo uit je systeem en

komt er geleidelijk aan weer ruimte voor de lentekriebels.

BOOMFEESTDAG 2013 OP 20 MAART: BOMEN MAKEN GEZOND

*Vanuit de werkgroep Boomfeestdag,
Kees Beljaars*

De laatste jaren is de Natuurtuin een vast onderdeel van het Boomfeestprogramma.

De gemeente Bergeijk, het IVN Bergeijk- Eersel en Natuurtuin 't Loo zorgen ervoor dat de boomfeestdag elk jaar vlot kan verlopen. De voorbereidende vergaderingen vinden plaats in de Wingerd.

Petra zorgt met haar team 's morgens vroeg dat er voldoende koffie/thee voor de leiding is en natuurlijk zijn er koeken en is er wat te drinken voor de kinderen. In kratten staat dat allemaal klaar om meegenomen te worden door Emiel de Meester, die voor het vervoer zorgt naar de verschillende plantlocaties. Dit jaar kwamen er leerlingen van groep 8 naar de Hofstek in Riethoven, de Keersop aan de Borkelsedijk, een bos aan de rand van de Weebosch en een veldje bij het kleine kapelletje aan de Kapellerweg in het centrum van Luiksgestel.

In de Natuurtuin staat ook een grote groep vrijwilligers klaar om alles in goede banen te leiden.



Het thema van deze Boomfeestdag is "Bomen maken Gezond".

Een groene, bomenrijke omgeving zorgt ervoor dat mensen zich lichamelijk en geestelijk gezonder voelen, minder gestrest. Zo'n omgeving nodigt ook uit tot bewegen: wandelen, fietsen of spelen. Maar uiteraard zorgen bomen ook voor zuurstof en voor heerlijke vruchten.

Daarom krijgen alle kinderen deze dag van de gemeente Bergeijk een gezonde appel.



ALLE HENS AAN DEK

Vanuit de Bouwcommissie

De laatste stand van zaken

Zoals afgesproken beginnen we op 2 april met de voorbereidingen van de bouw. Dat is een spannende tijd voor ieder van ons die bij de natuurtuin betrokken is. De bouwcommissie heeft een ongelooflijke berg werk verzet in het ontwerpen en tekenen van de bouw, in het uitzoeken van de materialen, het opvragen van offertes en het afwegen van de verschillende mogelijkheden. Daarbij zijn in overleg met de financiële commissie soms moeilijke keuzes gemaakt, maar ook om andere redenen moesten we soms afzien van eerdere plannen.

Groendak

De mogelijkheid van een 'groen dak' is door de bouwcommissie zeer uitvoerig en serieus onderzocht. Daaruit bleek dat vanwege het gewicht van een groendak zwaardere spanten nodig zouden zijn en dat de dakconstructie van het huidige gebouw gesloopt zou moeten worden. Extra kosten 25:000 euro. Verder moet voor een groen dak zeer veel kunststof materiaal gebruikt worden om de zoden vast te houden, dus het ziet er wel groen uit, maar alleen aan de buitenkant. Dus om redenen van 1. hergebruik van de bestaande constructie, 2. de veel hogere prijs en 3. het cosmetisch groene effect van een groendak, heeft de bouwcommissie dit plan in overleg met het bestuur laten vallen.

Zonnepanelen

Zonnepanelen waren gepland en er zijn deskundigen komen inspecteren. We wisten al dat het dak van de Wingerd te veel in de schaduw ligt van de bomen aan de zuidkant en hadden er daarom voor gekozen de zonnepanelen op het dak van de bijenhal te leggen. Maar ook dat blijkt niet zinvol. De inspecteur van Natuur en Milieu schatte een opbrengst van 20-25% en raadde het daarom absoluut af. Dat was een grote tegenvaller.

Duurzame energievoorziening

Met het wegvallen van de zonnepanelen valt een deel van ons plan voor duurzame energie weg. Maar er is ook een mogelijkheid voor warmte kracht koppeling uit de bodem en/of uit de lucht. Na gedegen onderzoek lijkt de keuze voor warmtewinning uit de lucht het meest passend voor onze situatie en hebben we daarvoor een plan opgesteld.

Grondwerk

Bij onderzoek van de grond rondom De Wingerd bleek dat het witte zand dieper zit dan gedacht en dat er meer grond moet worden uitgegraven dan aanvankelijk voorzien. De bouwcommissie zoekt naar de beste mogelijkheid om deze klus te klaren. Een voorstel is om de grond aan de oostkant van De Wingerd met de hand uit te graven vanwege de vele leidingen die daar in de grond zitten.

MIVA-toilet

Om een aantal redenen heeft de bouwcommissie besloten om het 'minder valide toilet' te bouwen zoals het in de oorspronkelijke bouwtekening is opgenomen. Dat betekent geen toegang van binnen uit. Redenen: 1. het bestaande toilet zou moeten worden afgebroken, of in elk geval grondig herzien; 2. je hebt dan te maken met twee toegangsdeuren (van binnen en van buiten), wat altijd veel problemen geeft; 3. de extra kosten zouden minimaal € 8000,- bedragen. De bouwcommissie ziet ook wel dat er straks opmerkingen over zullen komen, maar om bovengenoemde redenen is weloverwogen deze keuze gemaakt.

Container

We willen een container plaatsen om alle spullen uit het berghok en de bouwgereedschappen in op te slaan. Eerst overlegd over een plek in de tuin, maar uiteindelijk gekozen voor een plek op het parkeerterrein bij gemeenschapshuis Terlo. Reden: bij het weghalen van de container rijdt je anders heel veel kapot. We zijn in onderhandeling met de betrokkenen.

Werkschema

Tijdens de verbouwing gaan in principe alle tuinactiviteiten door. De binnenkant van De Wingerd blijft in de eerste bouwfase tot augustus gewoon intact. Natuurlijk is er overlast, waar die kunnen we in overleg met elkaar wel oplossen.

Vrijwilligers voor de bouw

Er hebben zich al een paar vakmensen gemeld om mee te werken en daar zijn we zeer blij mee. Maar ik wil iedereen vragen om nog eens rond te neuzen in zijn eigen kennissenkring. Graag melden bij Oscar Heesterbeek (0650849360) of bij Harrie van Empel (0497572365). Oscar neemt de dagelijkse begeleiding van de bouw op zich, Harrie regelt als calculator alles wat met de bouwmaterialen van doen heeft.

Zondag 21 juli

Midden in de schoolvakanties komt de jury van de Europese Entente Florale naar Bergeijk en naar de natuurtuin. We hopen dat de buitenbouw dan klaar is en houden ons aanbevelen voor ideeën of activiteiten met kinderen in de tuin.

Financiën

Naast de gemeente zijn er een aantal bedrijven en particulieren die ons nu al hun financiële steun hebben toegezegd en die ons daarmee in staat stellen aan het werk te gaan. Moeilijk te zeggen hoe blij we zijn met die steun en we komen daar in een volgende bericht graag op terug.

Jos van den Putte

BOOMFEESTDAG IN DE SNEEUW

Door Petra Speelman

We hebben al veel weertypes gehad tijdens de Boomfeestdag, maar deze keer was er voor mij in elk geval een primeur: in flinke sneeuwbuien hebben zo'n 190 8^e-groepers van basisscholen in Bergeijk bomen en struiken geplant, houtsnippers gekruid (met de kruiwagen dus!) en hun kennis over bomen in spelvorm getest.

Ondanks de kou en de sneeuw gingen de jongens en meisjes enthousiast aan de slag. In de Natuurtuin lagen er flinke bergen houtsnippers die naar de paadjes tussen de bedden moesten worden gereden. Samen met vrijwilligers werkten ze stevig door. Daar krijg je het dan weer lekker warm van!



Een andere groep zorgde onder leiding van vrijwilligers voor nieuwe aanplant langs de randen van de Natuurtuin. Na een uur was er een pauze met een lekkere versnapering, en warme koffie en thee voor de vrijwilligers.

Een leuk spel, gebaseerd op het oude Tv-spel 'Ren je rot' zorgde voor hilariteit en teamgeest (of was het toch 'de jongens tegen de meisjes'?)

Aan het einde van de ochtend kreeg ieder een appel, om het thema nog eens nadruk te geven: 'Bomen maken gezond'.

Een hartelijk applaus voor iedereen die aan deze ochtend heeft meegewerkt. En een pluim voor jullie doorzettingsvermogen!

Namens de voorbereidingsgroep,

Petra Speelman

AKTIVITEITEN

Maart

- 20 mrt. Nationale Boomfeestdag
- 28 mrt. Libellen herkennen door Mark Scheepens + excursie

April

- 1 april: start verbouwing van de Wingerd!
- 3 april: **Voorjaarsoverleg**
- 11 april: Gevleugelde vrienden: dia-lezing door Gerard Schouten
- 21 april: Opening Tuinseizoen, verkoop biologische planten: 10.00 – 13.00 uur

Mei

- Demonstratie Compost maken: Henk Lemaire (zie site VELT)
- 26 Mei: bijenrijkdag en honing slingeren

Juni

- 2 juni: Open Tuindag VELT, 13.00–16.00 uur
- 30 juni: Grote Eco – Natuurmarkt

Juli

- 13–14 juli: Landelijke Imkerijdagen, 10.00- 16.00 uur
- 21 juli: bezoek van de jury van de Europese Entente Florale: GROEN BERGEIJK

September

- 6 sept. Nachtvliedernacht: 20.30-24.00 uur

Oktober

- 3 okt. Dierendag: 9.00–15.00 uur
- 26 okt. Nacht van de Nacht: 19.30 – 21.30 uur

VRIEND VAN NATUURTUIN 'T LOO

Wilt u **Vriend worden** van Natuurtuin 't Loo? Dat kan!!

Stuur een email naar info@natuurtuin.org of neem contact op met Petra Spielman, secretaris Bestuur Natuurtuin 't Loo, tel. 06 51459187

LET OP:

De Natuurtuin heeft een nieuw rekeningnummer!!!

IBAN nummer is:

NL35RABO 0106 409298

VEGETARISCHE MAALTIJD

Elke eerste vrijdagavond van de maand serveert de Velt-kookgroep een ecologisch 4-gangenmenu voor € 15,-- excl. drankjes. Reserveren bij Annelies van den Heuvel, tel. 0497 574013



DAGTOCHT NAAR HET KEMPISCH BAKKERIJMUSEUM IN LUYKSGESTEL EN NATUURTUIN 'T LOO IN BERGEIJK

Het Kempisch Bakkerijmuseum in Luyksgestel en Natuurtuin 't Loo in Bergeijk hebben de handen ineen geslagen. Zij bieden gezamenlijk een dagprogramma aan waarin deelnemers volop kunnen genieten van de natuur en van het oude ambacht. In Natuurtuin 't Loo kan de natuurliefhebber zijn hart ophalen en geboeid raken door het ecologisch samenspel van planten, dieren en omgeving. Na een kop koffie met gebak volgt een rondleiding door de tuin.

Hierna gaat u naar Streekrestaurant De Hofkaemer voor een lunch met streekproducten. In het Bakkerijmuseum, aan de voet van de oude windmolen De Grenswachter in Luyksgestel, kunnen bezoekers actief deelnemen aan het ambachtelijke bakproces met een mutserdoven.

Info Sandra van Gerwen: 0497541314

SPONSOREN

- Autoschadebedrijf Beukers, Westerhoven
- Bakkerij L. van Poppel, Westerhoven
- Bouwbedrijf Gebr. Toonders, Bergeijk
- Box Accountants & Adviseurs, Bergeijk
- Burgmans&Alewijns, Bergeijk
- C1000 Bergeijk/Eersel
- Camping de Paal, Bergeijk
- Dhatec, Bergeijk
- Dommelsche watermolen, Dommelen
- Drukkerij Gielen, Bergeijk
- Frakoo, Bergeijk
- Gemeente Bergeijk
- Houbraken loonbedrijf, Bergeijk
- Jansen verhuur, Bergeijk
- Moeskops Staalbouw b.v., Bergeijk
- Moeskops Bouwbedrijf, Bergeijk
- NTS Group Nebato-Te Strake, Bergeijk
- Phylipsen B.en B., Weebosch
- Putse Hoeve, Bergeijk

- Rabobank Bergeijk
- Sengers Metaal, Luykgestel
- Streekrestaurant de Hofkaemer
- TS Reclame, Valkenswaard
- Willems, glas en zonwering, Bergeijk

Als u de nieuwsbrief per email wilt ontvangen, stuur dan even een email naar info@natuurtuin.org. Het voordeel hiervan is dat u de nieuwsbrief zelf in kleur kunt bekijken en/ of afdrukken!

ORGANISATIE

Natuurtuin 't Loo is een gezamenlijk initiatief van de Bijenhoudervereniging Bergeijk e.o., Velt Bergeijk-Eersel en IVN Bergeijk-Eersel. Het bestuur van de stichting natuurtuin bestaat uit vertegenwoordigers van deze verenigingen. In het voor- en najaarsoverleg praten de leden van de drie verenigingen mee over de plannen met betrekking tot de tuin en de uitvoering. Middels verschillende werkgroepen worden deze plannen geconcretiseerd. Trudy van Och coördineert de rondleidingen.

RONDLEIDINGEN EN INFORMATIE

Rondleidingen worden op aanvraag verzorgd gedurende het seizoen: mei tot oktober. Voor kinderen van de basisschool zijn er speciale rondleidingen.

Er kan gekozen worden uit de volgende thema's (afhankelijk van het seizoen):

-zaden op reis (najaar), -kriebelende kruipertjes (zomer), -water en -algemeen.
Er kan één schoolklas tegelijk de tuin bezoeken.

Voor inlichtingen, het aanvragen van rondleidingen en het aanmelden van vrijwilligers kunt u bellen naar de Wingerd, tel. 0497-555360. Bij geen gehoor: inspreken en u wordt zo spoedig mogelijk teruggebeld. U kunt ook een email sturen met uw vragen of opmerkingen.

De Natuurtuin is dagelijks vrij toegankelijk van zonsopkomst tot zonsondergang.

Colofon

Teksten: bestuur en inzenders
 Redactie: PR-werkgroep
 Redactieadres: De Wieken 17, 5571 RD Bergeijk
 e-mail redactie: info@natuurtuin.org
 webadres www.natuurtuin.org
 e-mail: info@natuurtuin.org

Natuurtuin 't Loo is mede mogelijk gemaakt dankzij:
 Gemeente Bergeijk – Provincie Noord Brabant – Stimulus
 – VSB fonds – Anjerfonds – Rabobank Bergeijk