



BUITENLEVEN

tuinieren met ♥ voor natuur

Ruisend groen

Bamboe- en eucalyptuskwekerij

**Verborgen
Waddeneiland**

**Woweffect op
Wieringen**

*Zagende
wintergast*

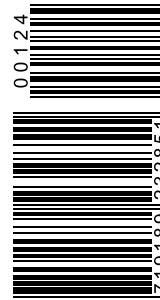


En verder...

**Botanische
tassen** van
Studio Let

Onderwaterbloemen
Van sprookje naar
nachtmerrie

€ 11,50



BP 8 719189 232851

Verwondering begint in je tuin



Bij Buitenpracht creëren we plekken die verwonderen. Laat je inspireren door onze tuinen, buitenverblijven, veranda's en overkappingen.

Of scan de QR code



BUITENPRACHT®

BUITENPRACHT.NL

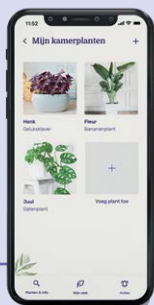


Ontdek de gratis *Buitenleven*-app **Mijn Stek**

Ben je het overzicht over je moestuin of al je kamer- en tuinplanten kwijt? Die tijd is voorbij! Download de *Buitenleven*-app en maak het jezelf makkelijk.

Mijn Stek maakt tuinieren en planten verzorgen eenvoudig én leuk. In de app vind je handige informatie en tips om je moestuin, binnen- en buitenplanten te onderhouden; zoals de ideale standplaats of de bloeitijd van je favoriet. Bovendien kun je de app zo instellen dat je notificaties ontvangt zodra er een actie voor je klaarstaat. Je ananasplant water geven bijvoorbeeld, of je hortensia snoeien. *Mijn Stek* is hét tuinierhulpje voor iedereen, groene vingers of niet.

Download
'm hier!



Groen hart

Eindelijk kunnen we het je laten zien en lezen: een vernieuwd, maar vertrouwd *Buitenleven* magazine waarmee we vol goede moed het nieuwe jaar in gaan. Samen met vormgever Angela en eindredacteur Evelien heb ik het afgelopen jaar nagedacht over hoe we *Buitenleven* nog waardevoller, mooier en interessanter kunnen maken voor jou als lezer. Deze eerste editie is daarvan de vuurproef. Zo is de vormgeving iets aangepast, waaronder een leesbaarder lettertype. En hebben we afscheid genomen van een aantal rubrieken. Daarvoor in de plaats introduceren we enkele nieuwe reeksen die nog beter passen bij het begrip buitenleven. Zo vertelt columnist Ankie Lok ons dit jaar elke editie over haar avonturen in haar tuindagboek. Dat je met een groen hart zoveel meer kan dan alleen tuinieren, bewijzen de ambachtslieden en makers bij wie we komend jaar op bezoek gaan in hun atelier of werkplaats. Terug van (even) weggeweest is journalist Corine Koolstra die ons meeneemt naar mooie plekken met verrassende buitenactiviteiten.

De rubriek *De natuur in* is in 2024 het domein van natuurbeschermingsorganisatie IVN, waarin zij vertellen over verschillende aspecten van hun belangrijke missie. Ten slotte heb ik dit jaar ingezet op een aantal bijzondere fotoreportages met inlijstpotentieel. Want waar je je over verwondert, daar ben je zuinig op. Ik wens alle lezers een gezond, groen en gelukkig nieuwjaar.

Francine Polis
Hoofdredacteur

INHOUD

jaargang 22 | nummer 1 | januari/februari 2024



Op de cover

- 14 Ruisend groen
- 32 Onderwaterbloemen
- 44 Verborgen Waddeneiland
- 62 Botanische tassen
- 70 Zagende wintergast

COVERFOTO TRUI HEINHUIS

Inzet Shutterstock.com/AlekseyKarpenko

Tuinieren

- 8 **Niet te missen vroege voorjaarsbloei**
Uitdijend bloementapijtje van helmbloem (*Corydalis*)
- 14 **Imposante bamboecollectie in de Achterhoek**
Robbert en Sietse runnen Kwekerij Bandus
- 54 **Voor deze tuin loop je graag een blokje om**
Leonie ontwierp haar eigen tuin aan het water
- 72 **Het tuinontwerp**
Diepe grassentuin met aanlegsteiger

Eropuit

- 30 **Beschut door exotische bomen**
Wandelen in Nationaal Bomenmuseum Gimborn
- 44 **Verborgen Waddeneiland Wieringen**
Waar de Vikingen aan land kwamen
- 79 **De natuur in met IVN**
Biowalking voor betere bloedwaarden



Dieren

53 Lopen op je lippen en wroetende varkens
Nieuws uit de natuur

70 Zijn de burens nou weer aan het zagen?
Nee, het is de keep dit keer

Interviews

22 Meters maken en presteren onder druk
Julia vertelt over haar opleiding tot bloemist

62 Veelzijdige tassen van duurzaam materiaal
Letty is ambachtsvrouw, maar vooral ontdekker

En verder

32 Planten en bloemen na een overstroming
Theo fotografeerde een onderwaterwereld

86 Hartverwarmertje
De heerlijkste soepen voor na een winterwandeling

92 Franse en Amsterdamse sferen in Breda
Binnenkijken bij Maureen en Joàn



Elke keer

3 Voorwoord
7 Doetips
42 Etymologie
101 Groene Vingers
108 Selectie
112 Column: Ankie's tuindagboek
114 Volgende keer
114 Colofon

De Buitenleven agenda 2024 is uit!



€ 14,50

Koop hem in de boekhandel
of online:

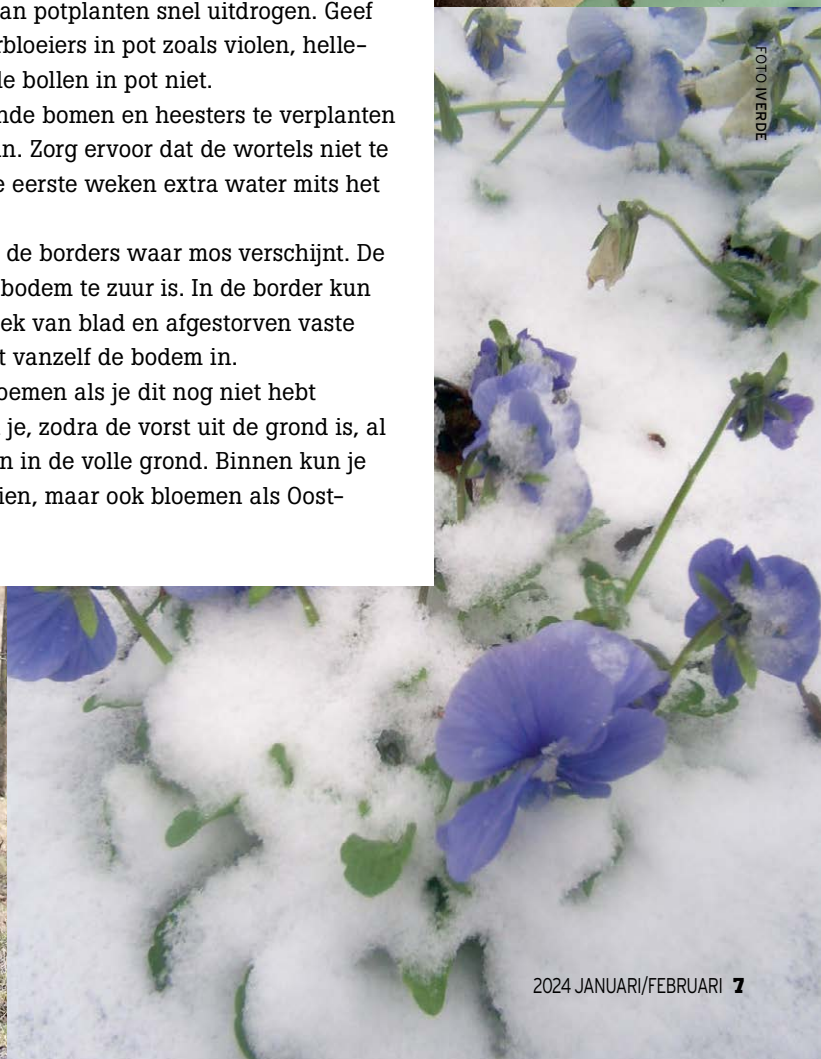




Doe-tips voor januari en februari

- In de winter is het silhouet van bladverliezende bomen goed te zien. Bekijk de boom eens van een afstandje en verwijder de takken die het silhouet onderbreken. Zo zorg je voor een mooie balans. Haal ook 'schurende' takken weg; de exemplaren die elkaar in de weg zitten. Snoei direct boven een knop en maak een schuine snede, zodat het vocht makkelijk van het snijvlak af kan lopen.
- Mussen en andere vogels kunnen massaal van ontluikende, vitaminerijke krokussen en andere bloemknoppen komen snoepen in je tuin. Door voor voldoende gevarieerd voedsel in je tuin te zorgen, bied je ze een minder schadelijk alternatief. Denk niet alleen aan zaden of speciale vogelpindaakaas, maar ook aan fruit.
- De winter kan net als de zomer erg droog zijn. In combinatie met een koude wind kan dat de kluiten van potplanten snel uitdrogen. Geef dus regelmatig water aan winterbloeiers in pot zoals violen, helleborus en skimmia. Vergeet ook de bollen in pot niet.
- Het is nu de tijd om bladverliezende bomen en heesters te verplanten als ze niet op de goede plek staan. Zorg ervoor dat de wortels niet te lang in de kou liggen. En geef de eerste weken extra water mits het niet vriest.
- Strooi kalk uit over het gazon en de borders waar mos verschijnt. De mosvorming is een teken dat de bodem te zuur is. In de border kun je kalk gewoon over het winterdek van blad en afgestorven vaste planten strooien, want het spoelt vanzelf de bodem in.
- Bestel zaden van groenten en bloemen als je dit nog niet hebt gedaan. Vanaf eind februari kun je, zodra de vorst uit de grond is, al sla, spinazie en raapstelen zaaien in de volle grond. Binnen kun je allerlei vruchtgewassen voorzaaien, maar ook bloemen als Oost-Indische kers en zinnia.

TEKST MIRIAM ENZERINK



In de schaduw

Helmbloem (*Corydalis*) is klein en fijn, maar met zijn overvloedige bloei niet te missen in het vroege voorjaar. Je krijg vanzelf steeds meer van de schattige bloemen in je tuin.

TEKST EN FOTO'S MODESTE HERWIG

Helmbloem is geen borderplant, maar een zeer waardevolle schaduwplant. In stinzentuinen vind je allerlei soorten van deze stinzenplant, waaronder holwortel (*Corydalis cava*). Deze vroege bloeiers kunnen samen met andere stinzenplanten (zoals bosanemonen, longkruid, sleutelbloemen en voorjaarsbollen) goed verwilderen. De glimmend zwarte zaden worden meegenomen door mieren, die dol zijn op het witte 'mierenbroodje' dat aan het zaad zit. Rijpe zaden worden ook wel 'weggeschoten' vanuit het peultje, waardoor ze goed verspreid worden. Zo zaait helmbloem zich rijkelijk uit, met een jaarlijks bloementapijtje als resultaat.

Vanwege de vroege bloei is helmbloem een belangrijke nectarplant en een waardplant voor diverse vlinders. De bloem draagt een lange spoor, waarin de nectar verstopt zit. De binnenste bloemblaadjes zijn vaak vergroeid en doen daarom aan een helm denken. Vandaar de Nederlandse naam helmbloem. Al kun je er ook een vogeltje in zien – het Griekse *korydalis* betekent leeuwerik. Sommige soorten helmbloem vormen een pol, andere soorten groeien uit knollen of wortelstokken. Veel van de knolvormende soorten zijn bosplanten en bloeien in het vroege voorjaar. Het blad van deze helmbloemsoorten sterft al vroeg in de zomer af.

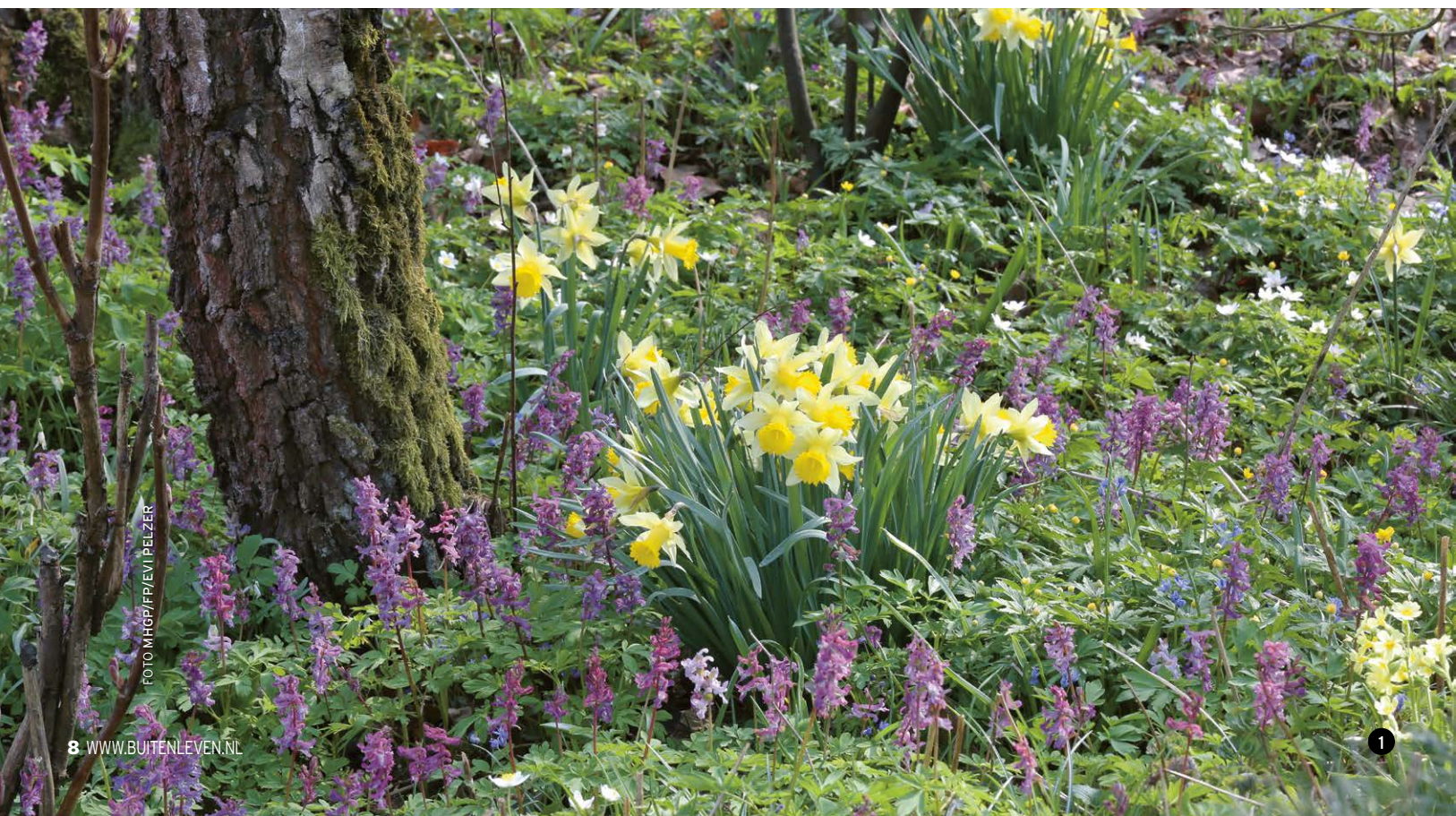






FOTO MHGP/FP/VISIONS

Stinzenhoekje

Maak een stinzenhoekje in je tuin waar vogeltje-op-de-kruk en holwortel mogen verwilderen. Plant er bosanemonen, sleutelbloemen en kleine voorjaarsbollen zoals scilla tussen.

3

Plant- en zaaitijd

Augustus en september zijn de beste maanden om helmbloem te planten. Plantjes in pot kunnen in het vroege voorjaar al de grond in. Helmbloem als los knolletje plant je best zo snel mogelijk, want knollen zijn gevoelig voor uitdrogen. De eerste bloemen zijn vanaf maart te verwachten. De bloei gaat door tot in mei. Er bestaan ook zomerbloeiers en soorten die een tweede keer bloeien in de zomer.

Volle grond of pot?

De meeste *Corydalis*-soorten zijn bosplanten en groeien het best in de volle grond. Een plek in de halfschaduw is favoriet, bijvoorbeeld onder bladverliezende struiken. In volle zon kan ook, zolang helmbloem maar niet in de felle middagzon staat. Qua grondsoort voldoet losse, humusrijke grond die aan de vochtige kant is het best. Bij voorkeur kalkhoudende zandgrond. Varenhelmbloem (*Corydalis cheilanthifolia*) is een rotsplant en groeit dus goed tussen stenen. Helmbloem kan ook in een pot groeien, al is het wel aan te raden om de plantjes na de bloei in de volle grond uit te planten.

- 1 Holwortel bloeit rijk in deze natuurlijke bostuin, samen met bosanemoontjes, sleutelbloemen en wilde narcis (*Narcissus pseudonarcissus*).
- 2 *Corydalis solida* wordt ook wel vogeltje-op-de-kruk genoemd, omdat de bloem een beetje de vorm van een vogel heeft.
- 3 De sierlijke, helderblauwe bloemen van blauwe helmbloem (*Corydalis elata*) komen prachtig uit in een pot.
- 4 *Corydalis* 'Canary Feathers' valt op door het blauwgroene blad en de in verhouding grote kanariegele bloemen.



4

FOTO MHGP/FP/JLS, SIRA



Verzorging

Helmbloem redt zich prima en heeft geen bijzondere verzorging nodig. De planten stellen het op prijs als ze jaarlijks een laagje compost krijgen en als in het voorjaar de grond niet al te droog is. Geef helmbloemen in pot regelmatig water. Snoeien is overbodig, want het blad verwelkt vanzelf in de zomer.



De vijf mooiste soorten

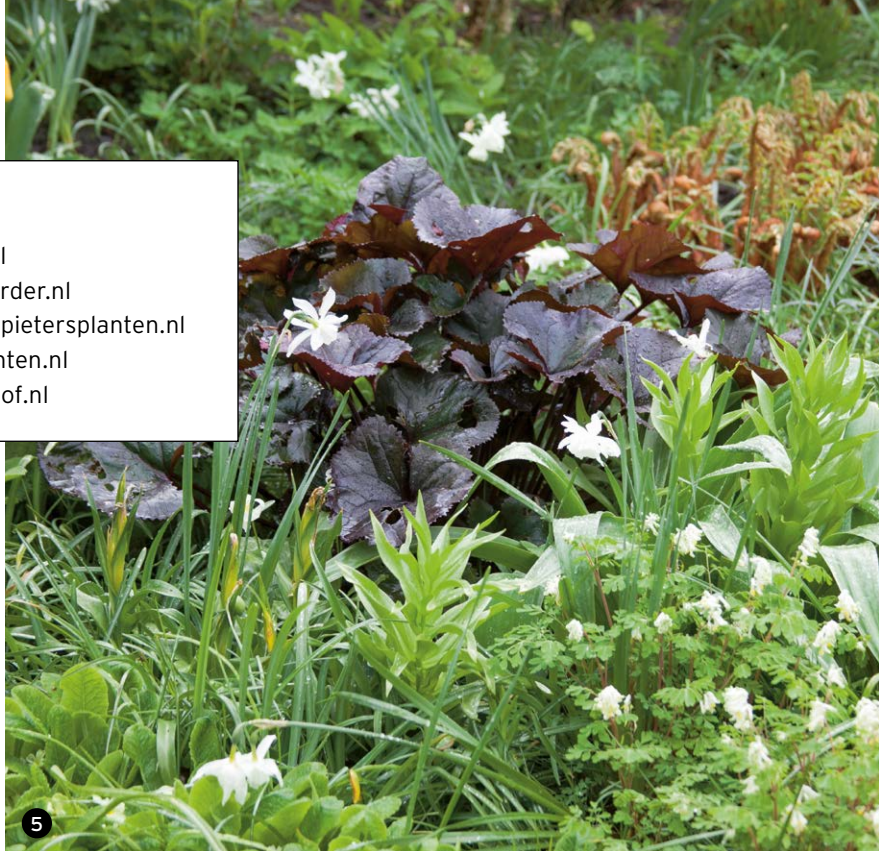
1. *Corydalis flexuosa* 'Purple Leaf'. Opvallend blauwe bloemen, een tint die je niet zoveel tegenkomt als bloemkleur. Het blad is bij deze cultivar donkergetint. Soms een tweede bloei in de nazomer. Halfschaduw, hoogte 15-25 cm, bloei april-mei.
2. Vogeltje-op-de-kruk (*Corydalis solida*). Een kleine helmbloem die zeer rijk bloeit. Zaait zich goed uit en bedekt al snel de bodem. De bloemen zijn violet, maar er bestaan ook rode vormen. Volle zon/halfschaduw, hoogte 10-15 cm, bloei maart-april.
3. Siberische holwortel (*Corydalis nobilis*). Een knolvormende helmbloem uit Siberië met blauwgroen blad en tot wel 60 cm lange bloemstelen. De gele bloemen zitten in dichte, bijna ronde trosjes. Elke bloem heeft een bruin vlekje. Halfschaduw, hoogte 40-60 cm, bloei april-mei.
4. Varenhelmbloem (*Corydalis cheilanthifolia*). Het varenachtige, iets bronskleurige blad staat in een rozet. Lichtgele bloemen langs rechtopstaande bloemstelen. Groeit ook goed tussen stenen. Kortlevend, maar zaait zich uit. Volle zon/halfschaduw, hoogte 35 cm, bloei mei-augustus.
5. Gele helmbloem (*Corydalis lutea*). Een van de makkelijkste soorten, die zowel in de schaduw van bladverliezende heesters groeit als op (niet te droge) muren. Ook volle zon is geschikt. Fijn geveerd blad, meestal wintergroen. Zaait zich uit. Volle zon/halfschaduw, hoogte 15-25 cm, bloei april-augustus.

Hier koop en/of bekijk je ze

- De Warande, Vorden, 0575847792, sterkebollen.nl
- Kwekerij De Border, Ambt Delden, 0743764123, border.nl
- Kwekerij Pieter's Planten, Wapenveld, 0681131819, pietersplanten.nl
- Postplanten, Wieringerwerf, 0227501637, postplanten.nl
- Kwekerij De Hessenhof, Ede, 0318617334, hessenhof.nl



FOTO MHGP/FP/VISIONS



Vermeerderen en verjongen

Via de zaden zal helmbloem rijkelijk voor nakomelingen zorgen. Je kunt de zaadjes ook zelf zaaien in de herfst. Het leuke daaraan is dat je vaak bloemen in net iets andere tinten krijgt. Helmbloem vermeerderen kan door knolletjes of wortelstokjes uit te graven, voorzichtig van elkaar af te breken en stuk voor stuk ergens anders te planten. Let op: de knol van holwortel (*Corydalis cava*) kan niet gesplitst worden. De beste tijd voor het vermeerderen van helmbloem is na de bloei in het voorjaar, als het blad begint af te sterven.

- 5 Geelwitte helmbloem (*Corydalis ochroleuca*) samen met witte narcissen en het donkere blad van kruiskruid (*Ligularia*).
- 6 De bijzonder gekleurde bloemen van *Corydalis* 'Spinners'.
- 7 *Corydalis* 'Craigton Blue' bloeit van mei tot in juli.
- 8 Voor een schaduwrijke plek onder een boom is gele helmbloem (*Corydalis lutea*) een goede keuze.
- 9 Holwortel *Corydalis cava* 'Alba' valt dankzij de witte bloemen extra op in de schaduw.





TIP

Pluk eens een paar steeltjes van helmbloem om er een lief voorjaarsboeketje voor binnen mee te maken.

Varianten

- Voor de liefhebbers zijn er bijzondere *Corydalis*-cultivars. 'Canary Feathers', hoogte 25 tot 60 cm, lichtgele bloei mei-september. 'Couriblu', hoogte 35 cm, blauwe bloei april-augustus. 'Korn's Purple', hoogte 50 cm, donkerblauwe bloei mei-juli. 'Spinners', hoogte 30-50 cm, violetblauwe bloei juni-augustus. Volle zon/halfschaduw.
- Holwortel (*Corydalis cava*). Het blauwgroene blad groeit uit holle knollen. De witte of paarsroze bloemen zitten in smalle, opstaande trossen. Ze zijn beduidend groter dan bij vingerhelmbloem (*Corydalis solida*). *Corydalis cava* 'Alba' bloeit wit. Typische stinzenplant. Halfschaduw, hoogte 25-35 cm, bloei maart-mei.
- *Corydalis elata*. Een sterke soort met helderblauwe bloemen die naar kamfer geuren. Lijkt op *Corydalis flexuosa*, maar heeft een losse groei en latere bloei. Halfschaduw, hoogte 25-50 cm, bloei mei-juli.
- Geelwitte helmbloem (*Corydalis ochroleuca*). Lijkt op gele helmbloem (*Corydalis lutea*), al zijn de bloemen van deze soort crèmewit. Het fijne, iets blauwgroene blad blijft lang mooi. Ook geschikt om op muren te laten groeien. Zaaït zich uit. Volle zon/halfschaduw, hoogte 30-40 cm, bloei mei-juli.
- Vogeltje-op-de-kruk of vingerhelmbloem (*Corydalis solida*). Fijne bloemen in lichtpaars. Er bestaan diverse cultivars met een meer opvallende bloemkleur. 'Beth Evans' en 'George Baker' bloeien rozerood, 'Pussy' bloeit wit, 'Vuurvogel' is meer oranje-rood, 'Dieter Schacht' is lichtroze, 'Purple Bird' donkerpaars en 'Snowy Bird' wit. Volle zon/halfschaduw, hoogte 10-15 cm, bloei maart-april.
- *Corydalis temulifolia* 'Chocolate Stars'. Lila bloemen en astilbe-achtig blad, in het voorjaar chocoladebruin. Halfschaduw, hoogte 30 cm, bloei juni-juli. ❀



FOTO: MHGP/FPV/VISIONS

Paspoort

Wat: Kwekerij Bandus

Waar: Hummelo (GD)

Sinds: 2015

Oppervlakte: 1,5 ha

Grondsoort: stuifzand

Ligging: op het voormalige erf van een boerderij, met verschillende tuinen op alle windrichtingen

Bijzonder: de kleurrijke collectie met 300 soorten bamboe, winterharde vleesetende planten, lotussen en waterlelies, bonte verzameling pluimvee, grote collectie passiebloem (*Passiflora*) en tropische vlindertuin in aanbouw

Info: de kwekerij is in de winter elke vrijdag en zaterdag open, kijk voor meer informatie en speciale open dagen op bandus.nl

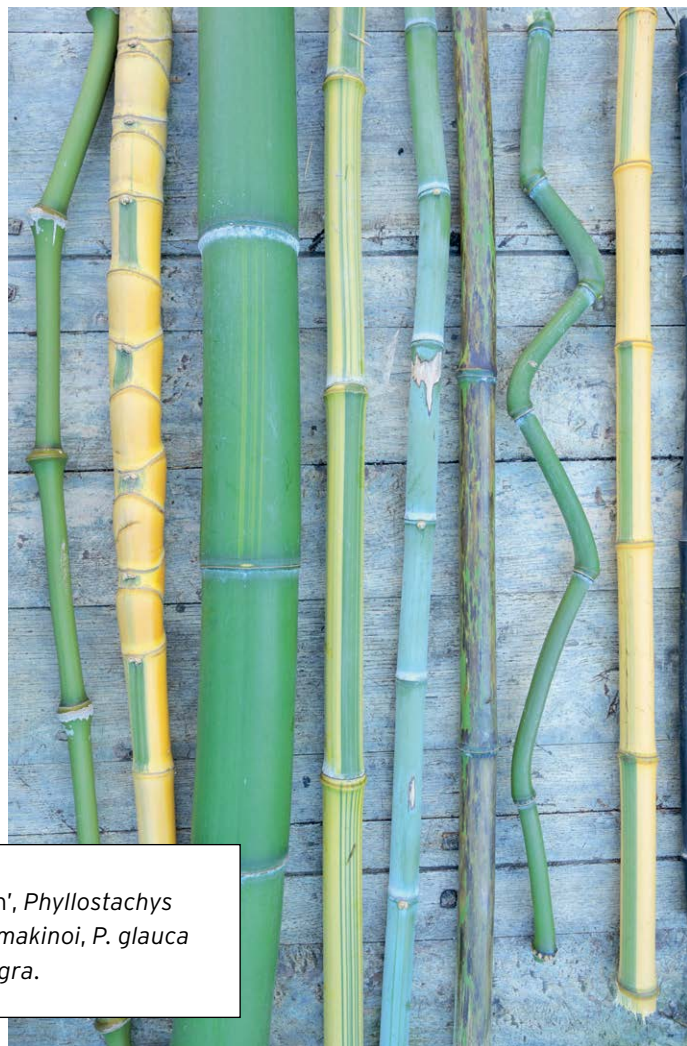


Ruisend wintergroen

Kwekerij Bandus in Hummelo is opvallend kleurrijk in de winter dankzij een van de grootste bamboecollecties van Noord-Europa. Het is er heerlijk struinen onder ruisende blaadjes en decoratief gestreepte stammen. In het naastgelegen moeras staan de vleesetende planten er ook verrassend groen bij.

TEKST MIRJAM ENZERINK FOTO'S TRUI HEINHUIS

Wie dol is op kruip-door-sluip-doorpaadjes kan bij Kwekerij Bandus in het Achterhoekse Hummelo zijn hart ophalen. Zelfs in de winter kun je hier heerlijk groen struinen. Op 6000 m² heeft Robbert van Til zo'n driehonderd verschillende soorten bamboe in een bos aangeplant. Smalle paden leiden door tunnels van decoratieve stammen. Van glanzend goudgeel tot sierlijk groengeel gestreept. Officieel worden dit halmen genoemd, aangezien bamboe een grasachtige is. Al zijn de verhoude stengels soms wel tien centimeter dik. Het is nauwelijks voor te stellen dat ze als stekje al zo fors uit de grond schieten. Robbert strijkt bewonderend over de gele bast van een van zijn favorieten, *Phyllostachys edulis* 'Nabeshimana'. De prominente ringen, knopen genaamd, zijn grasgroen. De bast is bovendien bezet met verticale, groene penseelstreken. De horizontale takken doen varenachtig aan. "Dit is een van de grootste bamboesoorten", vertelt Robbert. "In een paar maanden tijd groeit hij kaarsrecht uit tot zo'n tien meter. Afgelopen zomer hebben we hem echt zien groeien, tot zo'n 85 centimeter per dag." Na drie jaar is *Nabeshimana* in principe uitgehard en sterker dan tropisch hardhout. Maar ook jong is hij bruikbaar. "Hier komen weleens twee Chinese dames die heerlijke gerechten maken van de jonge bamboescheuten."



Van links naar rechts: *Chimonobambusa tumidinoda* 'Addington', *Phyllostachys aurea* 'Koi', *P. vivax* 'Huangwenzhu', *P. aureosulcata* 'Argus', *P. makinoi*, *P. glauca* 'Yunzhu', *P. aureosulcata* 'Alata', *P. praecox* 'Viridisulcata', *P. nigra*.



Nachtegalen en staartmezen

Robbert gaat ons voor door zijn bamboewoud. Hoog boven ons ruist en ritselt het loof zachtjes in de wind. Net als de stammen zijn de blaadjes van de verschillende soorten en cultivars steeds anders van kleur en vorm. "Kijk eens hoe mooi vol de *Semiarundinaria maculatus* in het blad zit. Het zijn net Indonesische vaandels. Dit is trouwens de favoriete maaltijd van de Nederlandse reuzenpanda. Het grootste deel van mijn moederplanten is naar de kwekerij van de dierentuin gegaan. Na het eten van deze planten is het vrouwtje zwanger geraakt van de eerste reuzenpandababy van Nederland. Daar ben ik stiekem best een beetje trots op." De bodem van het bamboebos is bedekt met afgefallen blad. In juni vindt de grootste rui plaats, maar helemaal kaal wordt bamboe nooit. Het afgefallen blad is een belangrijke voedingsbron voor de planten. Om die reden laat Robbert ook hier en daar dood hout liggen. Zo worden de paadjes begeleid door gekapte halmen. "Er zit nergens zoveel leven in, als in dood hout. Hoe meer schimmels en bacteriën in de bodem, hoe beter de bamboe het doet." En daar komen vanzelf ook allemaal grote beestjes op af, tot groot plezier van Robbert en zijn partner Sietse. Zo nestelen er nachtegalen en staartmezen in de dichte *Fargesia*'s en houtduiven in de reuzebamboes. Lager bij de grond eten reeën en hazen van de jonge scheuten. "Aan de randen van het erf heb ik bewust soorten gezet die vroeg uitlopen. Voor de woelmuizen staan daar aardperen. Zo komen ze niet op het erf om van de knolgewassen te eten."





TIP

Bamboe houdt van humusrijke grond, dus verbeter je tuinaarde met organisch materiaal.

Bamboegeheimen

Vanuit zijn kersverse kwekerij legde Robbert negen jaar geleden het bamboebos aan op vertrouwde grond: het voormalige boerenerf van zijn grootouders. “Als kind was ik al gefascineerd door snelgroeïende planten. Ik kweekte bijvoorbeeld pompoenen in mijn eigen tuintje, maar ook allerlei andere moestuinplanten en plukbloemen.” Tijdens een stage voor zijn bloemistenopleiding raakte Robbert in de ban van bamboe. “Al die verschillende kleuren, texturen en structuren vind ik fantastisch. Door ermee te variëren, kun je echt sfeer creëren in een tuin. Ook de mysteries rondom het gewas spreken me aan. Zo bloeit bamboe eens in de veertig tot honderdtwintig jaar. Wereldwijd gebeurt dat op hetzelfde moment, heel wonderlijk. Niemand weet precies hoe die biologische klok werkt.” Inmiddels heeft Robbert al heel wat bamboegeheimen ontrafeld. Zoals bij de woudreus *Phyllostachys edulis*, die volgens de boekjes niet noorderlijker dan Parijs zou kunnen leven. “Ik ben er helemaal ingedoken en ontdekte dat hij veel last heeft van stress als hij verplant wordt. Ook is hij gevoelig voor wortelrot bij een teveel aan water. Na het aanplanten zet ik er daarom waaierbloemen (*Scaevola*) omheen. Als die slap gaan hangen, dan weet ik dat ik de bamboe water moet geven. Inmiddels heb ik hier meerdere gezonde exemplaren staan.”

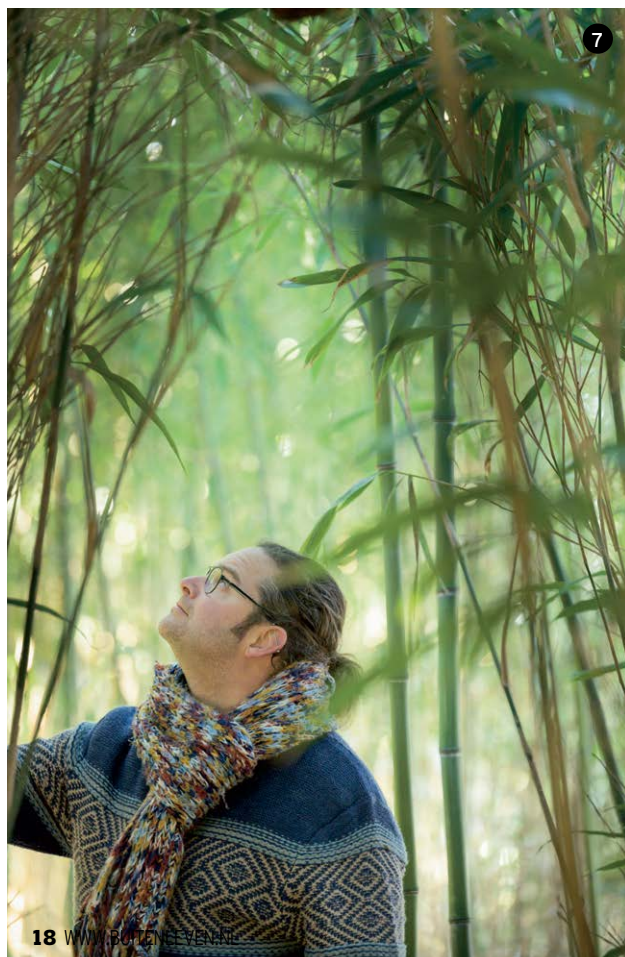
- 1 Naast het kasje staat bamboe *Phyllostachys vivax* 'Huangwenzhu Inversa'.
- 2 Berijpte zaaddoosjes van zegekruis (*Nicandra physalodes*) zijn blijven staan in de pluktuin.
- 3 Een favoriete vleesetende plant is *Sarracenia* × *formosa* met kleurrijke bekken.
- 4 Deze *Phyllostachys edulis* 'Nabeshimana' kreeg Robbert uit een beroemde Japanse tuin.
- 5 Rechts vooraan staan jonge *Phyllostachys vivax* 'Aureocaulis' die in een paar maanden tijd uit de grond zijn geschoten.



6

Woekeraars versus polvormers

Bamboe staat onder tuiniers bekend als een echte woekeraar. Volgens Robbert ligt het helemaal aan de soort, hoe hij is gekweekt én de manier van aanplanten. "De eerste bamboeplanten die naar Europa zijn gehaald, waren inderdaad vreselijk woekerende planten. Inmiddels zijn er zoveel mooiere en betere soorten verkrijgbaar." Bamboesoorten als *Phyllostachys* vermeerderen zich door middel van wortelstokken (rizomen) en kunnen zich flink uitbreiden. Ze wortelen oppervlakkig en op elke knoop kan weer een nieuwe plant uitlopen. "We steken ze hier regelmatig af en houden ze zo in bedwang. Klanten adviseren we altijd om bamboebegrenzer te gebruiken. Dit folie kun je ingraven zodat de wortels bij elkaar blijven. Maar eerlijk is eerlijk, je moet wel van tuinieren houden. Want je zult de bamboe ook met begrenzer toch af en toe moeten controleren." Polvormende bamboes, zoals *Fargesia*, kunnen wel uitdijen, maar maken geen uitlopers. Je kunt ze daardoor goed solo toepassen in een border. "Het maakt nog wel uit waar je de planten koopt. Bamboes die met weefselkweek zijn verkregen, gaan soms toch ineens woekeren. Die manier van vermeerderen kan namelijk genetische eigenschappen veranderen. Daarom vermeerderen we hier altijd van onze eigen moederplanten."



7



TIP

Eucalyptus is een goede bijenboom: in de lente lokken de bloemen massa's bijen.



Charlie Chaplin

Verderop in het bos ontdekken we een iconische bamboesoort: *Chimonobambusa tumidinoda* 'Addington', ofwel de wandelstokbamboe. De beroemde wandelstok van Charlie Chaplin is gemaakt van dit hout met dikke knopen. Ook test Robbert hier allerlei nieuwe vondsten uit, zoals de kleurrijke *Phyllostachys iridescens* 'Heterochroma'. "Deze heeft enorm veel kleur op de steel; van oranje tot bijna violetpaars, echt spectaculair." Maar in het reuzebamboebos staan nog meer wintergroene bomen en planten. Zo heeft Robbert een kleine collectie eucalyptus (*Eucalyptus*). Ook winterharde kamerplanten als vingerplant (*Fatsia*) gedijen hier goed in de schaduw. Het zorgt voor een jungleachtige sfeer hartje winter. "Je belandt hier echt in een andere wereld. Dat hoor ik ook regelmatig van bezoekers. Het geeft veel rust om tussen de halmen door te wandelen, omhoog te kijken en al dat groen te zien. Het ritselen van de blaadjes brengt je in balans."

- 6 Als venusvliegenva (Dionaea muscipula) bevroren is, werkt zijn vangmechanisme niet.
- 7 Robbert van Til noemde zijn kwekerij 'Bandus' naar de eerste naam voor bamboe in Nederland.
- 8 Robbert's partner Sietse bouwde zelf een bamboetempel, waar in de zomer Oosterse workshops worden gegeven. Ervoor een haag van *Fargesia* × 'Dawei'.
- 9 *Eucalyptus coccifera* geeft decoratieve blaadjes.



Moeras van vleesetende planten

Op het erf van de kwekerij wachten opnieuw winterse verrassingen. Zoals de bonte pluimveestapel, die hier letterlijk graantjes meepikt van de kwekerij. In ruil helpen loopeenden en Hollandse kwakertjes mee in de natuurlijke bestrijding van slakken en andere plaagdieren. “We krijgen weleens de vraag van collega’s hoe wij met plaagdieren omgaan. Dat kan ik niet vertellen omdat we nog nooit witte vlieg of trips hebben gehad. De biologische balans is ontzettend goed op de kwekerij.” Trekpleister voor een toompje puberale pauwen is het imposante moeras van vleesetende planten. Ze weten precies welke lekkere hapjes ze kunnen verwachten in de holle stelen van trompetbeker-

- 10 Niet alleen de halmen van bamboe zijn decoratief, ook de blaadjes ver daarboven geven sfeer aan de tuin.
- 11 In de tunnelkas achter de vijver vermeerderen Robbert en Sietse allerlei bijzondere waterplanten, waaronder lotussen en waterlelies.
- 12 Het blad van de woekerende, grofbladige bamboe *Sasa veitchii* is vaak groot en opvallend getekend.
- 13 Robbert en Sietse houden het bijzondere ganzenras Sebastopol met sierlijk gekrulde veren.
- 14 *Eucalyptus glaucescens* heeft een gladde bast en matgrijze bladeren.



TIP

Laat je door een kweker adviseren over de juiste keuze voor bamboe in je tuin.



planten (*Sarracenia*) en cobralelies (*Arisaema*). En hoewel het kwik vijf graden onder het vriespunt duikt, staan de carnivoren er nog frisgroen bij. "De meeste mensen kennen ze van de kamerplantenafdeling van het tuincentrum. Maar dit zijn echte moerasplanten die tot -18 °C kunnen hebben." Robbert wijst op een persoonlijke favoriet, *Sarracenia* × *formosa*. De rozerode bekers zijn zo groot als aronskelken. "Zelfs kenners zijn vaak helemaal verrast hoe groot de planten kunnen worden. Dat komt omdat ik hun natuurlijke habitat hier heb nagebootst. Onder het laagje substraat heb ik een waterreservoir gebouwd van oude kratten, bloempotten en vijverfolie." Waar een bamboebos Robbert rust biedt, blijft het vleesetende plantenmoeras hem prikkelen. "Het moeras is altijd spannend. Elke plant heeft bijvoorbeeld zijn eigen vangtechniek. Als een venusvliegenvaal iets gevangen heeft, gaan de tandjes naar buiten staan. Zo creëert hij een vacuüm rondom een insect en kan hij de sappen verteren. De trompetbekerplant kan zelfs kikkervissen onder water vangen. Maar ook de kleuren van al die verschillende planten zijn een feestje. Zelfs in de winter." ❀





Bonte vrolijkheid

Julia Orsel is bloemist in opleiding. Ze vertelt ons over de verschillende technieken binnen haar vakgebied, haar liefde voor tulpen en de kleur geel. En over wat er allemaal komt kijken bij haar werk, want met alleen creativiteit kom je er niet. Je moet ook kunnen presteren onder druk en kunnen omgaan met directe feedback.

TEKST FRANCINE POLIS FOTO'S JULIA ORSEL

Nog geen dertig jaar oud, al tien jaar kapperservaring en nu in opleiding tot bloemist. Julia houdt niet van stilzitten, maar van aanpakken en nieuwe dingen leren. En dat komt mooi uit, want het bloemistenvak blijkt intensief. Een dag in de week leert ze op school de basistechnieken en de rest van de week werkt ze op de bloemenafdeling van Intratuin in Amersfoort. “Op die manier leer ik vooral door veel te doen en dat past goed bij me”, zegt Julia. “Mijn collega’s hebben veel geduld, ze leren me dingen stap voor stap en tegelijkertijd verwachten ze ook dat ik gewoon meedraai. Die druk – en het feit dat er mensen staan te wachten op hun boeket – zorgt ervoor dat ik meters maak en dingen snel oppak.”

Resultaat

Hiervoor was Julia kapper, maar dat vak bood haar na tien jaar weinig uitdaging en vernieuwing meer. Ze kwam uit bij het bloemistenvak en ziet overeenkomsten met haar werk als kapper, maar ook prettige verschillen. “Als bloemist moet ik meters maken, net zoals ik dat als kapper moest. Ook qua creativiteit passen de beroepen bij elkaar, aangezien je met je handen werkt en rekening moet houden met seizoenen en trends, maar ook met wat je klant wil.” Het verschil zit hem voor Julia vooral in de binding die ze met klanten heeft. “Als bloemist houd je klanten omdat ze het mooi vinden wat je maakt. Als kapper blijven mensen terugkomen als ze het gezellig met je vinden.” Het bloemistenvak is dus

resultaatgericht en dat spreekt Julia erg aan. “Ik word nu meer gewaardeerd op mijn kunnen en minder op mijn sociale vaardigheden. Het geeft me heel veel voldoening dat mijn eindresultaat gewaardeerd wordt.” En dat wordt dan vanzelf een soort wedstrijdje. “Dat mensen mijn boeketten kiezen uit al het aanbod, daar doe ik het voor, dat geeft echt een kick!”

Van bridy tot biedermeier

De opleidingsdagen zijn een combinatie van theorie en praktijk. De theorie richt zich op de basistechnieken, zoals rouwstukken en tafelschikkingen in verschillende vormen. Van een driehoek en een druppel tot een cirkel en een biedermeier. Elke vorm heeft een specifieke techniek. Sommige technie-

Paspoort



Julia Orsel (1996) is bloemist in opleiding. Voor haar is het leven gewoon leuker met een bloemetje op tafel en daar wil ze het liefst iedereen van laten genieten. Ze maakt veelkleurige boeketten en bloemstukken. Haar lievelingskleur is geel en ze werkt dan ook graag met zonnebloemen (*Helianthus*) en guldenroede (*Solidago*). Ook kamille (*Matricaria*) en vingergas (*Panicum*) komen vaak in haar werk terug, maar met stip op één staan tulpen (*Tulipa*), omdat die bloemen doen waar ze zelf zin in hebben. Haar stijl is een combinatie van bonte vrolijkheid en lieflijke gedetailleerdheid. Bekijk haar werk op Instagram @juudeluu.

ken zijn een beetje ouderwets, zoals de bridie, een opzetstuk voor een bruidsboeket. Toch is het belangrijk die techniek ook te leren. Julia: "Als je Amalia straks ergens ziet rondlopen met een bridie, dan wil iedereen er weer een." Een ander deel van de theorie bestaat uit alle bloemnamen in het Latijn leren, zodat je weet wat je koopt en je het juist koopt als je op de klok gaat kopen [naar de veiling gaat, red.]. Daarnaast gaat de theorie in op het berekenen hoeveel een bloemstuk zal kosten en welke prijs je ervoor mag vragen zodat je er zelf ook nog iets aan overhoudt. "Op die manier worden we ook klaargestoomd voor het ondernemerschap." En dat komt mooi uit, want een van Julia's toekomstdromen is het hebben van een eigen groen cafeetje, waar je zowel een kop koffie kunt drinken als een mooi boeket kunt kopen.

Tulpenfan

Julia werkt het liefst met tulpen, in haar optiek de allerleukste bloemen op deze wereld. "Het is spijtig dat tulpen er alleen in de lente zijn. Ik leef ieder jaar toe naar het tulpenseizoen en als het dan voorbij is, vind ik het echt heel jammer." Gerbera's zijn voor haar een goed alternatief, omdat ze er in honderden verschillende soorten en maten

zijn. Zonnebloemen zijn ook favoriet. "Elk boeket wordt supervrolijk en groot door zonnebloemen, echt een feestje op tafel. Rozen vind ik iets minder interessant, want die zijn voor mijn gevoel wat standaard. Krijg je rode rozen, nou, da's niet heel spannend." Julia werkt liever niet met alles wat steekt, want dat is vervelend en pijnlijk. Ook amaryllis laat ze liever links liggen. De bloem is kwetsbaar en de steel relatief dik. "Ik heb niet zulke grote handen en zo'n steel neemt meteen heel veel ruimte in, waardoor er weinig ruimte overblijft om te manoeuvreren", legt Julia uit. Chrysanten (*Chrysanthemum*) zijn net zo kwetsbaar als amaryllis. "Geef chrysanten een stootje en je kunt ze alweer wegdoen. Daar werk ik dus liever niet mee." Een goed alternatief zijn troschrysanten of chrystanten met een netje, waardoor ze wat meer kunnen hebben. "Irene, mijn mentor, zegt wel eens dat ik alleen maar kleine priegelige bloemetjes combineer, maar ik vind dat juist mooi en fijn werken. Ik houd van het friemelige, kleine grut en vind dat juist schattig. Ik pak bijvoorbeeld ook altijd kamille (*Matricaria*). Of vingergas (*Panicum*), dat is heel springerig en maakt op die manier elk boeket lieflijk en vrolijk.

"Bloemen maken mij gewoon heel erg blij. Ik begin echt te joelen als de vracht binnenkomt"



Steeds sneller

Tijdens het praktische gedeelte van Julia's opleiding ligt de focus op het uitvoeren van de techniek. Hoe moet je een bloemstuk steken, zodat het niet uit elkaar valt? Hoe bevestig je een bloemstuk op een object, zodat het er niet afvalt als het wordt opgepakt? "Op die manier kun je je klanten zorgen uit handen nemen", vertelt Julia. "Tijdens een begrafenis bijvoorbeeld wil je niet nadenken over hoe je een bloemstuk wel of niet kunt oppakken." Daarnaast oefent ze verschillende corsagepin-technieken en het zogenaamde korenschoofdraaien. "Dat is de techniek

waarbij een boeket bij de stelen een mooie strakke spiraalvorm heeft en goed bij elkaar blijft zitten. Het ziet er meteen mooier uit dan alle stelen lukraak bij elkaar en het is op die manier ook makkelijker vast te houden." Het praktische opleidingsdeel is vooral een kwestie van oefenen, oefenen, oefenen. Om zo de verschillende technieken steeds sneller en beter uit te voeren. En of het ook steeds sneller gaat? Julia: "Ja, maar dat komt vooral door mijn werk, want daar is de druk hoger en staan de kanten te wachten op een boeket. Dan moet het gewoon sneller gaan en daar leer je van."

Stressbestendig

Julia leert het meest van haar mentor Irene, een collega met dertig jaar ervaring. Zij maakt vaak een voorbeeldboeket dat Julia moet namaken. "In de vijftien minuten dat we bezig zijn, doe ik er dan twee, terwijl Irene er zes doet. Daarna gaan we weer verder met een nieuwe serie, waar we ook vijftien minuten aan werken. Op die manier leer ik in korte tijd heel veel verschillende dingen." Het mooie van collega zijn in plaats van stagair, is dat Julia ook al heel veel mag. "Ik draai gewoon mee. Als er bijvoorbeeld corsages voor een brui-

loft gemaakt moeten worden, dan help ik." Al zorgen speciale gelegenheden vaak ook voor stress. "Bruiloften en begrafenissen zijn zulke belangrijke dagen voor mensen, daar heb ik stress van, want ik wil dat het perfect is en graag aan alle eisen en verwachtingen voldoen, maar aan sommige dingen denk ik gewoon nog niet", vertelt Julia. "Zo heb ik een trouwboeket gemaakt voor een vriendin en gelukkig dat Irene me hielp", gaat ze verder, "want mijn

vriendin wilde bepaalde bloemen in haar boeket, waarvan Irene wist: als je die in dit seizoen pakt, dan hangen ze binnen een halfuur slap. Irene had ook direct een voorstel voor een mooie vervanger. Ik heb haar advies toen opgevolgd en het resultaat was prachtig en mijn vriendin was blij, maar op dat soort momenten merk ik dat ik zelf nog niet alle kennis heb." Julia's oplossing? Nog meer meters maken en blijven leren.

Bonte boeketten

Voor het maken van boeketten heeft Julia inmiddels zo'n beetje alle kennis in huis en dat betekent dat ze haar eigen signatuur heeft kunnen ontwikkelen. In Julia's geval is dat hoe meer kleur, hoe beter. "Ik houd gewoon heel erg van kleur. Je maakt mij het blijst als ik regenboogboeketten mag maken, bonte boeketten in jargon. Natuurlijk vind ik het ook best mooi om wit-blauw-paarse boeketten te maken,



- 1 Kleurrijke herfstkrans met onder andere Himalaya-herfstaster (*Aster asperulus*), eucalyptusblad en dennenappels als tafelschikking.
- 2 Ton sur ton druppelvormig rouwstuk met lichte en donkerroze tulpen.
- 3 Bont en gedetailleerd druppelvormig rouwstuk met onder meer kruisdistel (*Eryngium*), anjer (*Dianthus*), rozen (*Rosa*), zonnebloem (*Helianthus*), klokjes (*Campanula*) en guldenroede (*Solidago*).
- 4 Julia maakt een structuurboeket in herfstkleuren.
- 5 Paasstuk met - hoe kan het ook anders - gele katjes (*Salix*).
- 6 Tafelstuk in zogenaamde millefleurs-stijl.
- 7 De opdracht was een object te versieren, in dit geval een koelkast. Door Julia's ontwerp lijkt het alsof de bloemen je om de oren vliegen als je de koelkastdeur opendoet.
- 8 Kerststukje met hyacinten.
- 9 Een plukboeket van Julia's hand op de sierboekettenafdeling.



5



6



7



8





“Ik houd van de directe feedback op de bloemenafdeling. Verkoopt je boeket niet, dan moet je iets nieuws proberen”

maar je merkt dat het toch een bepaalde doelgroep aanspreekt en de doelgroep van de bonte boeketten past goed bij mij: gooi alles maar lekker bij elkaar.” Julia houdt ook erg van geel. “Als ik werk, worden er daarom gele bloemen ingekocht, want dan weten ze dat die wel opgeraken.” Hoe ze haar stijl ontwikkelt? Het blijkt een combinatie te zijn van online inspiratie opdoen en goed naar Irene kijken, want zij komt met dertig jaar ervaring altijd met goede ideeën. Wat voor Julia ook belangrijk is, is altijd iets van jezelf toevoegen en niet zomaar een trend volgen. “Het is de uitdaging om een trend te volgen, maar om het dan binnen de lijntjes wel net anders te doen.” Het mooie van het werken op de boekettenafdeling is volgens Julia dat je direct feedback krijgt op je werk. “Als je boeket niet verkocht wordt, dan werkt het dus niet en moet je iets nieuws proberen.” Nog een voordeel van werken op de boekettenafdeling is dat ze de bloemen die niet meer verkocht kunnen worden, mee mag nemen naar school. “Dan vraagt Irene: ‘Julia, wat voor opdracht heb je?’ Dan zet ze alvast wat voor me klaar.” Elke week maakt Julia op school een nieuw stuk volgens bepaalde voorwaarden. Bijvoorbeeld een rouwstuk in de vorm van een druppel, helemaal strak of ajour, dan mogen er dingen uitsteken. De bloemen die zij gebruikt, zien er dan misschien niet meer op-en-top uit,

ze kunnen voor de opdrachten nog prima dienstdoen. En, zoals Irene zegt: als je het met deze bloemen kunt, kun je het sowieso met goede bloemen.

Voor iedereen

Als Julia over een halfjaar haar tweejarige vakopleiding tot bloemist afrondt, is ze gekwalificeerd Dutch Flower Arranger. Ze kan dan nog vervolgopleidingen volgen van in totaal drie jaar waarin ze zich kan kwalificeren van Advanced Dutch Flower Arranger [2 jaar] tot Meesterbinder [1 jaar]. Als Meesterbinder kun je bijvoorbeeld in een exclusief atelier gaan werken met boeketten voor het hogere segment. Wat Julia van plan is na haar opleiding, weet ze nog niet. “Ik leef heel erg in het moment en nu heb ik het hier in het tuincentrum heel erg naar mijn zin. Maar misschien moet ik het een keertje proberen om in het hogere segment te werken, om het te ervaren?” Ze grinnikt. “Maar zeven euro voor een bloem of honderd euro voor een boeket? Mijn doel is juist dat iedereen van bloemen kan genieten. Als ik een grote tuin zou hebben, zou ik meteen een pluktuin beginnen.” Julia’s toekomst ziet er dus sowieso groen uit. “De groensector is leuker om in te werken dan de beautysector. Het is hard werken, maar wel op een relaxte manier. Er is altijd ruimte voor humor en luchtigheid.” ✿

Bomenmuseum

Meer naar buiten, maar dan wel graag naar een mooie botanische tuin, een inspirerend arboretum of een park waar je lange wandelingen kunt maken. Elke editie lichten we een bijzondere plek uit, waar je je hart kunt ophalen aan natuurschoon en minstens een heel dagdeel kunt doorbrengen.

Deze keer: Nationaal Bomenmuseum Gimborn.

TEKST EN FOTO FRANCINE POLIS

In een uur van de Alpen naar de Himalaya en van Japan naar Canada. Het kan in het Nationaal Bomenmuseum Gimborn, met zijn unieke collectie van ruim drieduizend soorten bomen en struiken. Je kunt er urenlang wandelen en telkens weer nieuwe

paden ontdekken. Er worden regelmatig speciale wandelingen en evenementen georganiseerd, maar ook op eigen gelegenheid is het goed toeven in het gezellige café annex tuinwinkeltje met boeken, bloemstukken en curiosa. ✿

Bomenmuseum Gimborn

Wat: grootste exotische bomenpark in Nederland

Waar: Doorn (UT)

Sinds: 1924

Oppervlakte: 27 ha

Bijzonder: in 1924 ontstaan als een privé-project van Max von Gimborn, een inktbaron uit Zevenaar. Nadat de Universiteit van Utrecht het arboretum in 1966 voor 350.000 gulden kocht van zijn weduwe, is het bomenmuseum sinds 1981 beperkt opengesteld voor publiek

Openingstijden: april t/m oktober: dagelijks 8.00-19.00 uur, november t/m maart: dagelijks 10.00-16.00 uur

Openingstijden café en tuinwinkel: april t/m oktober: vr t/m zo 11.00-16.45 uur, november t/m maart: vr t/m zo 11.00-16.00 uur

Entree: € 7,50 p.p. Jaarkaarthouders en kinderen t/m 12 jaar hebben gratis toegang. Je kunt alleen met pin betalen

Themawandeling: kijk op bomenmuseum.nl/ontdek/agenda voor de eerstvolgende themawandeling van het jaar

Meer informatie: bomenmuseum.nl







A full-page background image showing white daisies with yellow centers submerged in murky, greenish-brown water. The water is filled with fine, green, filamentous algae, giving it a textured, almost ethereal appearance. The lighting is soft, highlighting the delicate petals of the flowers.

Verdronken bloemen

Mooi en intrigerend, maar ook zorgwekkend en voor sommigen misschien angstaanjagend. De foto's van Theo Bosboom vertellen een verhaal met twee kanten. Over schoonheid die zich niet laat temmen en over de kwetsbaarheid van ons ecosysteem.

FOTO'S THEO BOSBOOM, THEOBOSBOOM.NL

Door extreem weer staan de uiterwaarden van rivieren in Nederland steeds vaker ook in de zomer onder water. In eerste instantie zorgt dat voor fascinerende plaatjes van bloeiende planten die deinen onder het wateroppervlak. Maar na verloop van tijd slaat het om.

Wat een sprookje leek, krijgt nu nachtmerrieachtige trekken. Het water wordt troebel als algen de bloemen bedekken en verstikken. Natuur is veerkrachtig, maar langere tijd overstroomd zijn, kunnen de planten niet aan. Ze verrotten en vallen uit elkaar. ✿



















Het verhaal achter: toverhazelaar

Heksenhazelaar

What's in a name? Planten krijgen hun botanische of Nederlandse naam veelal niet per toeval; ze zijn te herleiden uit een mythisch verhaal, een medicinale werking of gewoonweg de uiterlijke kenmerken. *Buitenleven* ging op zoek naar de herkomst van verschillende plantnamen. Deze keer: toverhazelaar (*Hamamelis*).

TEKST EVELIEN BOUTSEN

Hekserij

De takken van toverhazelaar zijn net als die van een gewone hazelaar buigzaam genoeg om ze als wichelroede te gebruiken. Dat is althans waarvoor vroege kolonisten in Noord-Amerika ze gebruikten. Met behulp van wichelroedes van de *wych hazel* zochten zij waterbronnen, metalen, energiebanen enzovoort. Hoe meer die Engelse naam gebruikt werd, des te meer hij als *witch hazel* ging klinken. Met als gevolg dat de plantnaam in het Nederlands, maar ook in het Duits (*Zaubernuss*) en Frans (*noisette de sorcière*) naar hekserij neigt.

Winterbloeier

Nadat in de herfst goudgeel blad is verschenen, komen in de winter gele-rode bloemen op het kale hout.



Vruchten en bloemen

Wat de toverhazelaar zo toverachtig maakt? Dat hij op hetzelfde moment vruchten en bloemen draagt. En dat in de wintermaanden. Die eigenschap zit kort en bondig in de botanische naam vevat. De plantnaam *Hamamelis* is een samenstelling van de Griekse woorden *hama* (gelijktijdig) en *melon* (vrucht).

Liefdesverdriet

De anders zo bijzondere heester lijkt tijdens periodes van vorst wel te treuren. De bloempjes laten hun kopjes hangen, alsof ze verdrietig zijn. Over verdriet gesproken: *Hamamelis* zou helpen om een gebroken hart te helen. Of dat echt waar is, kunnen we niet met zekerheid zeggen. Wat we wel zeker weten, is dat zodra de vorst voorbij is de troosteloosheid van toverhazelaar plaatsmaakt voor vrolijkheid.



Geneeskrachtig

Toverhazelaar heeft wel degelijk geneeskrachtige eigenschappen. In oude Amerikaanse kruidenboeken wordt de heester al genoemd. Hij zou wonden helpen stelpen en ideaal zijn om ze mee te desinfecteren. In de moderne plantengeneeskunde wordt *Hamamelis* gebruikt in bijvoorbeeld zalf tegen jeukende insectenbeten.

Paspoort

Botanische naam: *Hamamelis*
Nederlandse naam: toverhazelaar
Familie: *Hamamelidaceae*
Levensduur: vaste plant
Hoogte: tot 6 m
Winterhard: ja
Groenblijvend: ja
Bloeiperiode: januari-maart
Standplaats: halfschaduw

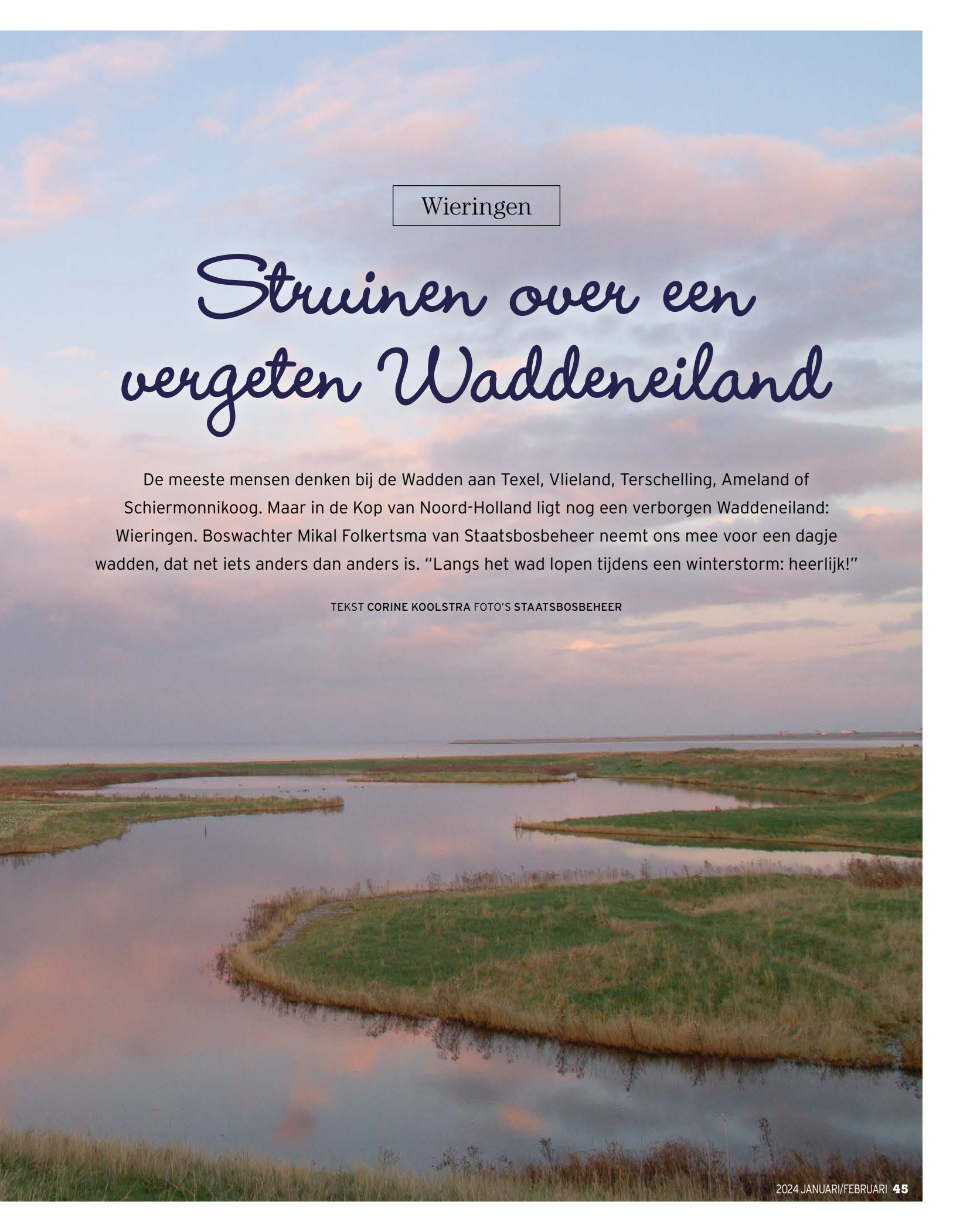


Volgende keer

In de volgende editie lees je meer over de etymologie van narcis.



FOTO: IDA WOORT



Wieringen

Struinen over een vergeten Waddeneiland

De meeste mensen denken bij de Wadden aan Texel, Vlieland, Terschelling, Ameland of Schiermonnikoog. Maar in de Kop van Noord-Holland ligt nog een verborgen Waddeneiland: Wieringen. Boswachter Mikal Folkertsma van Staatsbosbeheer neemt ons mee voor een dagje wadden, dat net iets anders dan anders is. “Langs het wad lopen tijdens een winterstorm: heerlijk!”

TEKST CORINE KOOLSTRA FOTO'S STAATSBOSBEHEER

Stiekem ben ik er al meerdere keren geweest zonder het zelf door te hebben. En waarschijnlijk jij ook. Want wie vanuit Friesland over de Afsluitdijk rijdt, komt in Noord-Holland weer aan land bij Den Oever. En daar tipt de snelweg heel eventjes het Waddeneiland Wieringen aan voor hij zich verder spoedt richting Randstad. "Ik heb er nooit de afslag genomen", beken ik boswachter Mikal Folkertsma als we ons in de werkschuur van Staatsbosbeheer over de kaart van Wieringen buigen. "Maar weinig mensen doen dat", zegt ze. "Toch is dat zonde. Mensen denken dat ze voor het echte wadden-gevoel met een boot naar Texel, Vlieland, Ameland, Terschelling of Schiermonnikoog moeten, maar ik krijg hetzelfde gevoel op Wieringen. Het is bovendien lekker dat het er veel minder druk is dan op de Waddeneilanden. Wieringen is echt een verborgen parel." De ligging van die verborgen parel in de voormalige Zuiderzee heeft heel wat

mooie verhalen opgeleverd. Over Vikingen die aan land gingen en van wie eind vorige eeuw nog schatten zijn teruggevonden bijvoorbeeld. Of over VOC-schepen die het eiland gebruikten als quarantaineplek en er hun zieke bemanningsleden dropten voor ze verder voeren naar de havens van Amsterdam, Hoorn en Enkhuizen. Overstromingen en de behoefte aan nieuw land betekenden het einde van Wieringen als eiland. In 1924 werd de Amstediepdiijk aangelegd en sindsdien is Wieringen officieel verbonden aan de Kop van Noord-Holland. In de jaren dertig volgden ten zuiden van Wieringen de aanleg van de Wieringermeerpolder en aan de oostkant de aanleg van de Afsluitdijk. Mikal: "Maar als je op de kaart kijkt, zie je nog steeds de vorm van het oorspronkelijke eiland. Er heerst ook nog altijd een eilandersmentaliteit. Bewoners zeggen bijvoorbeeld niet dat ze in Wieringen wonen. Nee, ze wonen op Wieringen."



FOTO KIRSTEN BOUWER



Wandelen op Wieringen

- Op Wieringen kun je goed wandelen met behulp van het wandelroutenetwerk. Dit voert onder andere langs Den Oever, de waddenkust, de natuurgebieden Vatrof en Normerven, de oude Wierdijk en het glooiende land van Wieringen. Of volg de gemarkeerde routes zoals de Kliffenroute (9 km) en de Wierdijkroute (10 km). Kijk op wandelnetwerknordholland.nl en zoek op startpunten 'De Haukes', 'Wieringen', 'Westerland' en 'Hippolytushoef'.
- Etappe 6 van het 284 km lange Noord-Hollandpad leidt je van Den Oever naar De Haukes. Een route van 13 km dwars over het voormalige eiland Wieringen. Zie noordhollandpad.nl/wandelroutes/den-oever-de-haukes.
- Vanaf eind maart is het mogelijk om nabij Wieringen te gaan wadlopen. Op de website degrootrecreatie.nl vind je meer informatie.
- Meer weten over de gebieden van Staatsbosbeheer op Wieringen? Surf naar staatsbosbeheer.nl/uit-in-de-natuur/locaties/wieringen.



Het woweffect

Mikal is een echte Wieringermeerder. Een bewoner dus van de platte polder, direct ten zuiden van Wieringen. Maar ze komt vaak op het voormalige eiland. Voor haar werk, omdat Staatsbosbeheer er verschillende natuurgebieden beheert, maar ook in haar vrije tijd. "Als het even kan, ga ik op Wieringen wandelen met de hond. Lekker langs het wad lopen tijdens een winterstorm bijvoorbeeld. Heerlijk!" En ze is daar zo, vertelt ze. Het voormalige eiland is namelijk niet groot: zo'n tien kilometer lang en op de meeste plekken slechts 2,5 kilometer breed. "Zoals ze hier zeggen: op Wieringen is de zee altijd dichtbij." Al snel zien we achter Oosterland inderdaad de waddendijk opdoemen. Eenmaal boven op de dijk lijken we in een complete decorwissel te zijn terechtgekomen. De boerderijen, akkertjes en kerktorens laten we achter ons. Voor ons strekt zich glinsterende waddenklei uit tot aan de horizon. We ruiken de zeelucht en horen scholeksters luid gillend

overvliegen. Het woweffect noemt Mikal het. "Dat heb ik zelf ook nog steeds als ik hier de dijk op kom. Deze plek geeft me een ultiem gevoel van vrijheid." Het is laagwater. Bij restanten van een oude stormkering bekijken we kwalletjes en stoere planten als zeekool, die weten te overleven ondanks het zoute water dat hen steeds weer overspoelt. Aan de andere kant van de waddendijk beheert Staatsbosbeheer natuurgebied Vatrop. Ooit werd hier klei gewonnen om de waddendijken mee op te hogen. Nu groeit er zeekraal en zeeaster rond de binnendijkse plas. "In de plas verwijderen we elk jaar de begroeiing op de eilandjes. Er broeden namelijk kluten en die doen dat het liefst op kale grond", legt Mikal uit. "Dat levert in het voorjaar mooie taferelen op. Die jonge kluutjes steken dan namelijk de dijk over, om in het wad op zoek te gaan naar voedsel. We plaatsen in het broedseizoen daarom borden op de dijk met het verzoek aan fietsers om vooral rustig te rijden."



Duizenden vogels

Bij het verderop gelegen Normerven aan de Waddenkust kreeg de natuur afgelopen zomer ook wat extra ondersteuning. Wandelaars konden daar zó de grasdijk op lopen. Niet echt een probleem zou je zeggen, maar het Normerven is een buitendijkse kwelder, die in principe niet onderloopt. "Vogels gebruiken het gebied als hoogwatervluchtplaats. Duizenden vogels, zoals tureluurs, scholeksters en wulpen, vinden daar bij hoogwater rust, zodat ze bij laagwater weer op zoek kunnen naar voedsel op het wad", verklaart Mikal. Vroeger stonden er hekken op de dijk, maar die waren verwijderd, zodat er makkelijker gemaaid kon worden. Wandelaars konden daardoor de grasdijk op, wat voor een onbedoelde verstoring van de vogels zorgde. "Natuurlijk is het een tof gezicht als je opeens duizenden vogels ziet opvliegen, maar het verhaal erachter is dat niet, want het kost die vogels te veel energie. We hebben deze zomer daarom met hulp van de Vogelbescherming de

hekken weer teruggeplaatst. De natuur staat nu weer op één. Soms moeten we als mensen gewoon onze verantwoordelijkheid nemen. Een stapje terug doen. We nemen immers al genoeg ruimte in op aarde." Vanachter het vogelkijscherm op de dijk heb je bovendien nog steeds een perfect uitzicht over de kwelder. In de winter is dit plekje op z'n best, vindt Mikal. Bij een flinke winterstorm komt de kwelder onder water te staan. "Dan staan hier duizenden scholeksters op de weg te wachten tot ze weer voedsel kunnen gaan zoeken." In het voorjaar moet door de winterstormen wel weer veel worden schoongemaakt, want er spoelt vanuit zee een hoop troep aan. "Gelukkig zijn de mensen op Wieringen altijd erg betrokken. In andere gebieden hebben we nog weleens moeite om aan genoeg vrijwilligers te komen. Hier niet. Het is ook iets bijzonders natuurlijk om één keer in het jaar een gebied in te mogen dat normaal afgesloten is. En we zien altijd wel iets bijzonders: sporen, botjes of een velduil die opvliegt."



Rot, rot!

We passeren het Lutjestrand aan het Amstelmeer. Het is een aangelegd strand, want in tegenstelling tot de andere Waddeneilanden heeft Wieringen geen brede zandstranden en duinen. Simpelweg omdat Wieringen niet aan de Noordzeekust ligt. Maar hoogteverschillen zijn er wel. Behoorlijk wat zelfs in het westelijke deel van het binnenland. De glooiingen zijn een overblijfsel uit de voorlaatste ijstijd, toen het opstuwende landijs stuwwallen veroorzaakte. Het hoogste punt op Wieringen ligt op vijftien meter boven NAP. We volgen kronkelwegen die langs kleine akkers leiden. "Zo anders dan in de Wieringermeer", zegt Mikal, "waar alles heel functioneel is aangelegd met kaarsrechte wegen en lange akkers." Ze wijst naar aarden wallen, die de scheiding vormen tussen de weg en het akkerland. Het zijn 'tuunwallen': lage 'muurtjes' van op elkaar gestapelde graszoden. "Dat is typisch iets van de wadden. Je vindt ze ook op Texel. De begroeide wallen zijn echte snelwegen voor amfibieën en vlinders. Ze leveren voedsel en beschutting." Staatsbosbeheer beheert in het binnenland onder andere de Westerlanderkoog, een lager gelegen vochtig stuk grasland. "In de winter vind je hier duizenden rotganzen. Ik vind ze prachtig. Ze zijn heel sierlijk, met een wit kontje en een mooie ring om de nek. De rotgans is dé vogel van Wieringen. Hij staat in het wapen van Wieringen en veel mensen heten hier ook met hun achternaam 'Rotgans'. De vogels heten trouwens niet zo omdat ze rottig zijn", benadrukt Mikal. "Ze kregen hun naam door het geluid dat ze maken, dat klinkt als 'rot, rot'. Voor mij is dat hét geluid van de winter."



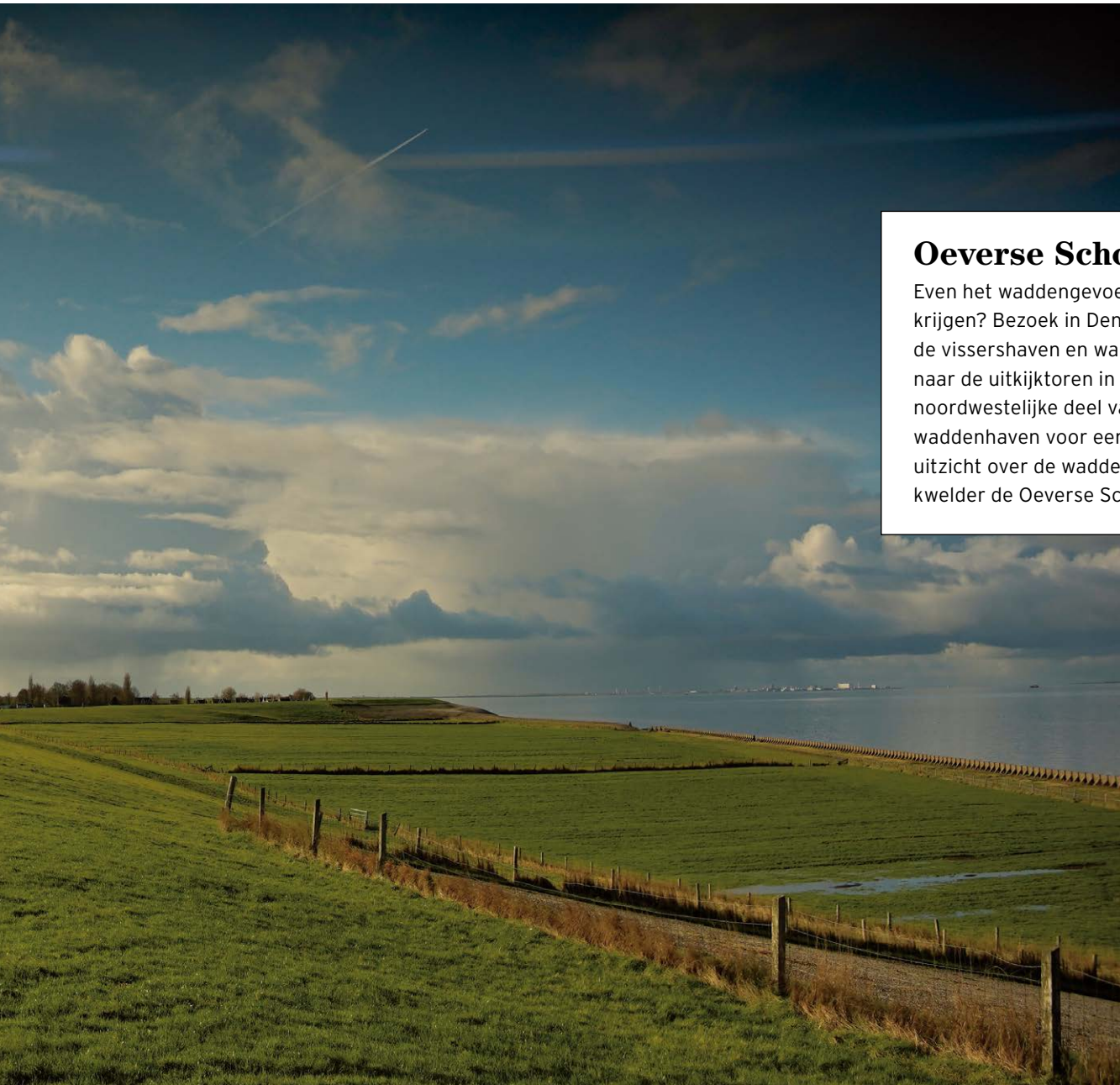
FOTO BERT WOLTERS



FOTO NATASJA JUUST



FOTO JURGEN VAN DEN BOS



Oeverse Schor

Even het waddengevoel krijgen? Bezoek in Den Oever de vissershaven en wandel naar de uitkijktoren in het noordwestelijke deel van de waddenhaven voor een mooi uitzicht over de wadden en kwelder de Oeverse Schor.

Oude Wierdijk

In het binnenland zie je goed het verschil tussen boerenakkers en akkers die worden beheerd door de agrarische natuurvereniging of Staatsbosbeheer. “Die gladde grasmat is van de boer. Dat ruige gras is van ons. Vanaf het voorjaar zit dat vol kruiden. Het is niet dat we er niets aan doen, zoals mensen misschien weleens denken. We maaien de graslanden en voeren het maaisel af. Op die manier blijft de grond voedselarm. Dat geeft de meeste variatie aan flora, wat weer insecten aantrekt.” Ook de verderop gelegen oude Wierdijk zit volgens Mikal in de lente en zomer ‘stampend vol’ vlinders en insecten. Dan laat ook de tengere distel zich zien, een plantje dat nergens anders in Nederland voorkomt. De eeuwenoude Wierdijk heeft een beschermde status vertelt Mikal: “De meeste dijken

in ons land zijn aarden dijken. Deze dijk is gevuld met wier, of eigenlijk met zeegras, een plant die met zaden en wortels groeit in zout water en die vroeger ‘wier’ werd genoemd.” Dijken met wierriemen waren beter bestand tegen stormen, omdat het wier minder snel werd weggeslagen door het water. “Helaas zijn alle wierdijken intussen verdwenen. Op deze na.” Ooit moest deze Wierdijk het eiland Wieringen beschermen tegen het zoute water van de Zuiderzee. Nu kijk je vanaf de dijk uit over ingepolderde akkers. We speuren naar patrijzen, die in de winter door de lagere begroeiing beter zichtbaar zijn, en we genieten van de rust. Deze hele waddendag zijn we welgeteld zes mensen tegengekomen. Dáár zal ik zeker aan terugdenken, de volgende keer dat ik over de Afsluiddijk rijdt en moet besluiten of ik de afslag ‘Den Oever’ neem. ✿



* BUITENLEVEN *online*

Altijd en overal toegang tot
Buitenleven, en meer

- * 9X *Buitenleven* magazine online
- * Kortingen op duurzame (tuin)artikelen
- * Terugbladeren in alle voorgaande *Buitenleven* magazines
- * Gratis App Mijn Stek
- * Eenvoudig opzegbaar of aanpasbaar

Al vanaf
€ 7,95
per maand

Benieuwd? Kijk snel op
Buitenleven.nl



In samenwerking met:

DEZADEN

 **Husqvarna**

Ecotuintje

Kop zonder lijf

Een eeuwenoud wetenschappelijk raadsel is eindelijk opgelost: een zeester heeft geen ledematen, maar is eigenlijk een kop zonder lijf. Tot die conclusie kwamen onderzoekers van de universiteiten van Southampton en Stanford nadat ze met geavanceerde genetische technieken de lichaamsregio's van zeesterren in kaart hadden gebracht. Hoe het zeediertje zich dan voortbeweegt? Dankzij uitstulpingen op de lippen. Oorspronkelijk waren die bedoeld voor voeding, maar gaandeweg zijn ze ook dienst gaan doen als pootjes. Zo bewijst de natuur dat de klassieke lichaamsvorm van kop, staart en romp niet nodig is om te kunnen overleven in de zee.

BRON VRT NWS



Mimespelers

Uit een studie van de universiteit van Californië blijkt dat katten maar liefst 276 verschillende gezichtsuitdrukkingen hebben om met elkaar te communiceren. De onderzoekers analyseerden beeldmateriaal van de interactie tussen katten aan de hand van het Cat Facial Action Coding System. Zo kwamen ze tot de conclusie dat de communicatie tussen deze dieren complexer is dan eerder werd aangenomen. Wat al die gezichtsuitdrukkingen precies betekenen, dat weten de onderzoekers (nog) niet. Wat ze wel zeker weten, is dat katten een aantal uitdrukkingen gemeen hebben met de mens. Waarschijnlijk omdat ze al duizenden jaren met ons samenleven. De Amerikaanse onderzoekers hopen

dat de resultaten van hun studie kunnen helpen om katten beter te begrijpen.

BRON VRT NWS



Eén op vijf

Uit een Europees onderzoek, waaraan Naturalis, Floron en de Vlinderstichting meewerkten en waarvoor bijna 15.000 planten en dieren geanalyseerd werden, volgt een zorgwekkende

conclusie: één op vijf planten en dieren in Europa is met uitsterven bedreigd. Voor planten en insecten ligt dat percentage (27 %) hoger dan voor gewervelde dieren (18 %). De belangrijkste oorzaak van die achteruitgang is de intensivering van de landbouw. De onderzoekers verwachten dat ook de negatieve gevolgen van klimaatverandering in de nabije toekomst sterk zullen toenemen. De voorspellingen die op basis van deze onderzoeksresultaten gedaan kunnen worden, zijn van belang voor een efficiënt natuurbeleid, omdat zonder die kennis de kans bestaat dat er geïnvesteerd wordt in het behoud van soorten en biotopen die over x aantal jaar klimatologisch gezien geen plek meer hebben in Europa.

BRON NATURE TODAY



Varkens aan het werk

Geen schaapskudde, wel een varkenskudde doolt de komende tijd in een Arnhemse bos rond. Daarmee kiest de gemeente voor een eeuwenoude en duurzame vorm van bosonderhoud. De Bonte Bentheimers moeten helpen om de opmars van de Amerikaanse eik in toom te houden. Door de grond om te woelen, voorkomen de varkens dat deze exotische boomsoort inlandse eiken en dennen verdringt en het volledige bos overneemt. De losgewoelde grond wordt vervolgens ingezaaid met kruidenmengsels. Indien het werk van de varkens effectief blijkt te zijn, wil de gemeente de kudde uitbreiden in andere Arnhemse bossen.

BRON NU



Paspoort

Wat: Tuin Koekeloeren

Waar: Nijkerk (GD)

Grondsoort: humusrijke
zandgrond

Afmetingen: 500 m²

Ligging: zuidoost

Ontwerp: eigen ontwerp van Leonie Bouwman





2

Sneeuwtuin

Ook in de winter is er van alles te beleven in de romantische tuin van Leonie Bouwman.

Tuinvogels komen er van een vogelvoertaart snoepen en uit het beekje drinken.

Eekhoortjes springen er door de bomen. Bedekt met een laagje sneeuw baadt de tuin in een sprookjesachtige sfeer.

TEKST MODESTE HERWIG FOTO'S TRUI HEINHUIS

Je zou het niet zeggen als je de foto's ziet, maar het huis van Leonie Bouwman en haar man Erik ligt in een nieuwbouwwijk. Voor de charmante, met hout beklede voorgevel ligt de voortuin met drie leilindes en verschillende buxusvakken. 's Zomers bloeien hier hortensia's samen met herfstasters en de rode duizendknoop (*Persicaria amplexicaulis*). Tot ver in de herfst zorgen zij voor kleur. Het landelijke gevoel wordt versterkt door het uitzicht vanuit de woning op een kleine weide met boerderijdieren. "Ik heb onze tuin zelf ontworpen", vertelt Leonie, die vanuit haar opleiding als etaleuse gevoel voor stijl, sfeer en verhoudingen heeft. "Het is helemaal geworden

zoals ik het voor ogen had. Ik geniet er dagelijks van." De achtertuin grenst aan een weterring, waar je via verschillende terrassen, paden en trappetjes naartoe kunt lopen. "Op mijn aanwijzingen heeft iemand met een grote graafmachine verschillende niveaus aangebracht. Sindsdien loopt de tuin af richting het water", legt Leonie uit. "Bij het huis ligt het terras op het hoogste niveau, in het midden zijn er een bloemenborder en een grindterras. Via een trap bereik je het laagste niveau met het gazon en in de hoek een terrasje van steigerplanken. We zijn heel blij met het resultaat, want de hoogteverschillen maken de tuin boeiender."

In herinnering

*Heel spontaan
vormt zich
in mijn handen
de dorre dood
tot een boeketje
creatieve pracht.*

*Geknakte stelen
en de ronde lijnen
van wegterend blad
schrijven de poëzie
van met borders
omzoomde paden
vol van vreugde
in herinnering.*

Gedicht van Leonie.



Verven met planten

Het middelste terras, dat eerst een gazon was, kreeg een halfverharding van grind. Zo ontstond ruimte voor een vogelbad en diverse potten. "Het was best lastig om zo'n klein gazon mooi te houden, zeker toen er steeds meer schaduw kwam van de volwassen geworden bomen", verklaart Leonie. "Waarschijnlijk gaan we het gazon op het laagste niveau ook vervangen, zodat we meer ruimte hebben om te zitten." In de plantvakken groeit een mix aan vaste planten, kleine heesters en bomen. In allerlei potten en zinken containers staan nog meer planten. 's Winters bloeien heide en skimmia volop. "Vraag mij niet om plantnamen, maar inmiddels weet ik wel welke soorten het hier goed doen", zegt Leonie. "De planten gebruik ik als verf op een schildersdoek: een beetje roze hier, een beetje oranje daar of meer hoogte in de hoek. Eigenlijk net zoals ik een etalage zou inrichten. Via de lens van mijn camera focus ik op de styling. De afgestorven planten laat ik in de winter gewoon staan. Ook bladeren met gaten erin, uitgebloeide pluimen en bloemhoofden vol zaden zijn nog prachtig. Daarom snoei ik pas eind februari alles af."

Met de seizoenen mee

De tuintafel is gedekt met koffiekopjes vol voorjaarsbollen en zachtgele primula's - je zou zo zin krijgen om aan te schuiven. Leonie haalt voor het decoreren van haar tuin veel inspiratie uit tijdschriften en tuinboeken. "Ik ga graag avontuurlijk winkelen bij de kringloopwinkel. Daar vind ik van alles, zoals zinken potten, manden, lantaarns en hartjes. Maar ik gebruik ook stenen die ik van het strand heb meegenomen tijdens een vakantie, of takken met dennenappels uit het bos. Elk hoekje in de tuin moet leuk zijn en de decoratie verander ik per seizoen. Na de winter gaan de spullen weer de kast in en decoreer ik de tuin in voorjaars sfeer."



- 1 De voortuin met buxusvakken, drie leilindes en een pruikenboom. Het laagje sneeuw komt nog mooier uit tegen de blauwgroene gevel. De inspiratie voor de kleur is opgedaan in het pittoreske Broek in Waterland.
- 2 Het rijk gedecoreerde terras in wintersfeer. Het wijnrek fungeert als rozenboog.
- 3 De verandatafel is gedekt met een versgebakken appeltaart en voorjaarsbollen in koffiekopjes. Leonie heeft alle spullen verzameld tijdens een van haar geliefde bezigheden: kringlopen.
- 4 Leonie Bouwman. Haar tuin is onder 'Tuin Koekeloeren Leonie Bouwman' te vinden op Facebook.
- 5 De pluimen van astilbe steken boven de sneeuw uit. Zomers roze bloeiend tussen vrouwenmantel, hosta en varens.
- 6 Op het gazon naast de wetering is een fotogeniek zithoekje gecreëerd. Via een metalen hek kom je uit bij het terrasje aan de waterkant, waar het 's zomers heerlijk vertoeven is in de schaduw van de amberboom.

Winters stilleven

Met potten en bakken kan elke tuin in de winter op een eenvoudige manier opgefleurd worden. Kies enkele fraaie exemplaren die bij de stijl van jouw tuin passen. Met een wintergroene beplanting wordt het effect nog eens versterkt. Gebruik bijvoorbeeld Japanse hulst (*Ilex crenata*), lavendel, struikklimop, winterheide, skimmia of roodbladige druifheide (*Leucothoe*). Leonie: "Een winters stilleven op de tuintafel met wintergroene planten in potten, takken, decoratief vogelvoer of een zelfgemaakte krans maken het plaatje compleet."

Open tuinhuisje

Een hoge beukenhaag scheidt de oprit voor de garage van de ruime zijtuin aan de rechterkant. Door een boog van beuk kun je vanuit de voortuin naar de zijtuin lopen. Het grind langs de vijver wijst de weg richting de veranda tegen de achterkant van de woning. Vanuit de warme woonkamer kun je 's winters de tientallen tuinvogels bekijken. In de hoek, op de grens met de enige aangrenzende buurtuin, staat een open tuinhuisje. "Dit was het oude tuinhuisje, dat mijn man hier gedeeltelijk opnieuw heeft opgebouwd", vertelt Leonie. "Vanuit het huis kijk je er nu in. Wij zitten hier zelf niet, maar de schommelstoel was wel de favoriete plek van buurkat Oscar, die er nu helaas niet meer is. Het is erg leuk om het prieeltje in te richten met allerlei decoratieve spullen. Per seizoen ziet het er weer anders uit, hier kan ik me helemaal uitleven. Het huisje houdt in de winterperiode, als de beukenhaag minder dicht is, bovendien inkijk tegen."





Vogelmagneet

De gevarieerde beplanting maakt de tuin heel aantrekkelijk voor vogels: allerlei bomen en struiken dragen noten en vruchten, een lange haag zorgt voor beschutting en nestgelegenheid, en er is een vijver om uit te drinken. "Onze tuin is een kruising tussen een ecologische tuin, een bostuin en een cottagetuin. We vinden het fantastisch dat er zoveel vogels op afkomen, in de winter voeren we ze bij." Leonie vertelt dat er zowel bos- als watervogels te zien zijn. "Staartmeesjes, bonte spechten en gaaïen, sperwers, waterhoentjes, zwanen en aalscholvers. We hebben zelfs een aantal ijsvogels in de tuin. Ze vissen in de wetering en maken jaarlijks een nest in de beschoeiing. Er zijn ook veel eekhoorntjes. Die springen vanuit de wilg aan de overkant van het water in onze amberboom en zo verder van boom tot boom de tuin rond. Erg leuk om te zien."

- 7 Het prieeltje is eigenlijk een standaard tuinhuisje dat aan twee kanten open is gemaakt. De vroegere deur van het tuinhuisje doet nu dienst als deur van de tuingereedchapskast.
- 8 Voor allerlei tuinvogels is de tuin een paradijsje. Dit roodborstje is een vaste gast in de buurt van pindakaaspotten en de voederplaatsen verspreid door de tuin.
- 9 De wintergroene skimmia kan prima tegen een laagje sneeuw.
- 10 De oranje lampionnetjes van echte lampionplant (*Physalis alkekengi*) blijven de hele winter mooi.



Hagen in de winter

Hagen zorgen het hele jaar door voor veel structuur en kleur in de tuin. Een wat hogere, wintergroene haag maak je van olijfwilg (*Elaeagnus*), hulst (*Ilex*), klimop (*Hedera*) langs gaas, glansmispel (*Photinia*), laurierkers (*Prunus*), venijnboom (*Taxus*), levensboom (*Thuja*) of half wintergroene liguster (*Ligustrum*). Voor een bladverliezende haag zijn beuk (*Fagus*), haagbeuk (*Carpinus*), esdoorn (*Acer*) en meidoorn (*Crataegus*) geschikt. Leonie: "De bruine tint van het beukenblad geeft in de winter veel kleur aan te tuin, helemaal mooi met zo'n laagje sneeuw."



11



12

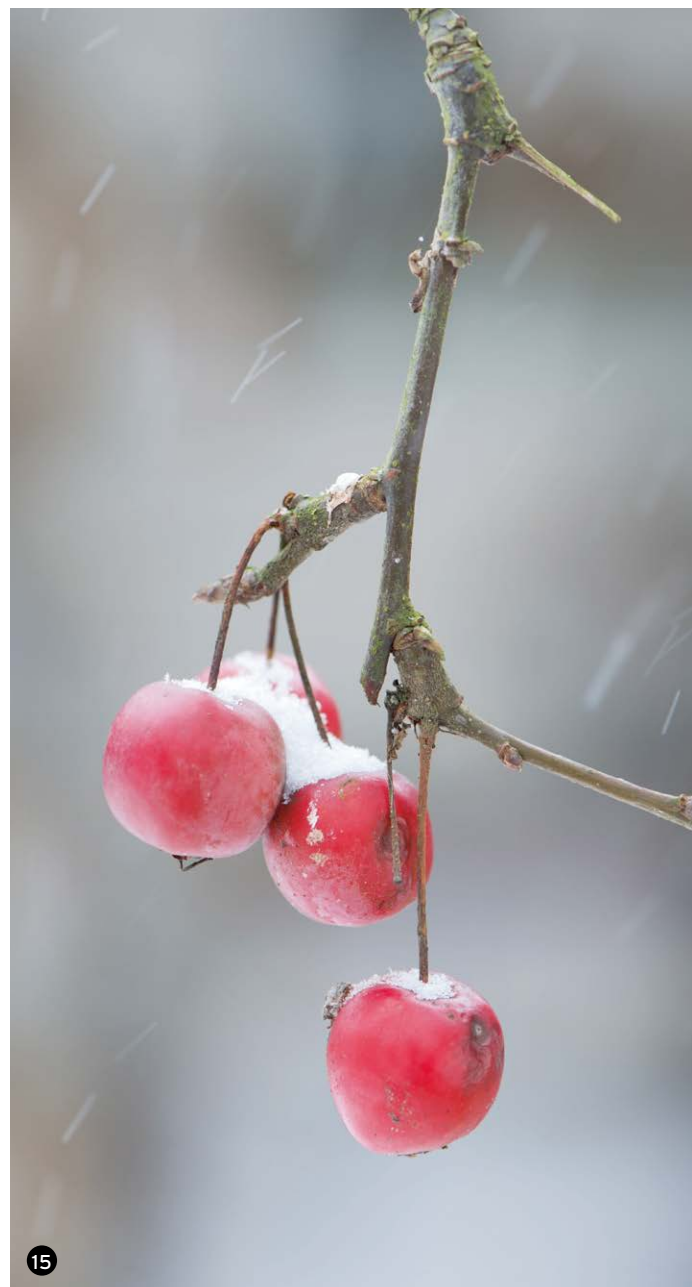


13



14

- 11 Het bruine blad van de beukenhaag geeft de tuin in de wintermaanden kleur.
- 12 Winterheide in een oud theepotje uit de kringloopwinkel.
- 13 Ook uitgebloeid is geitenbaard (*Aruncus*) nog mooi.
- 14 Vanaf het fietspad aan de overkant van de sloot ziet de tuin er heel landelijk uit. De knotwilgen voorkomen 's zomers inkijk van wandelaars en fietsers. Tijdens een open tuinendag biechtte een tuinbezoekster op dat ze haar hondje altijd maande tegenover de tuin zijn behoefte te doen, zodat zijzelf een moment kon koekeloeren. Zo komt de tuin aan zijn naam.
- 15 De appeltjes van *Malus* 'Red Sentinel' zijn 's winters een smakelijk hapje voor de tuinvogels. Soms komen alle merels uit de buurt gezamenlijk snacken.



15

Immer helder vijverwater

Naast het vlonderterras ligt een vijver en dankzij het hoogteverschil is er ook een beekloopje. Door een onderwaterpompje wordt het water vanuit de vijver beneden naar de grotere, bovenste vijver gepompt. Het water loopt eerst door een moerasje met waterplanten, waardoor het gefilterd wordt en het zonder mechanische filters altijd helder blijft. Erik voegt alleen af en toe wat Maërl-kalk aan het vijverwater toe. De vijver wordt druk bezocht door de tuinvogels en ook het beekje is verleidelijk om in te badderen. "De tuin is zowel voor de vogels als voor ons een paradijsje. Door de ligging waan je je hier op het platteland. Een heerlijke plek, ook in de winter." ❀



THE ART OF *Nature*

Ambachtelijk avontuur

Met een groen hart kun je zoveel meer dan tuinieren alleen. *Buitenleven* gaat op bezoek bij kunstenaars, ambachtslieden en ontwerpers die zich laten inspireren door de natuur en haar bewoners of die natuurlijk materiaal gebruiken. Hoe vertalen zij de wereld om hen heen in hun werk en welke rol speelt de natuur in hun creatief proces? Deze keer: tassenontwerpster Letty Scheers.

TEKST FRANCINE POLIS FOTO'S TRUI HEINHUIS

“Ik ben een ontwerper en maker, maar ik voel me vooral een ontdekker, want ik maak het liefst één exemplaar van iets en ga daarna door naar iets nieuws”, zegt Letty onder het genot van een kop koffie. Haar atelier ligt in Groningen, maar we ontmoeten elkaar in Zwolle, al had Amsterdam ook gekund. Letty’s leven en werk speelt zich door heel Nederland af en stopt niet bij de grens. Niet vreemd voor een avonturier. “Met mijn bedrijf Abel sprak ik ook de ontdekkingsreizigers aan: stoere tassen voor avonturiers.” Dat bedrijf bestaat inmiddels niet meer. “Ik ben een echte ondernemer en het creatieve maak-aspect speelt een heel belangrijke rol, maar ik ben niet iemand die dat per se voor de lange termijn in de markt wil zetten”, vertelt Letty daarover. Sindsdien weet ze dat haar kracht in het

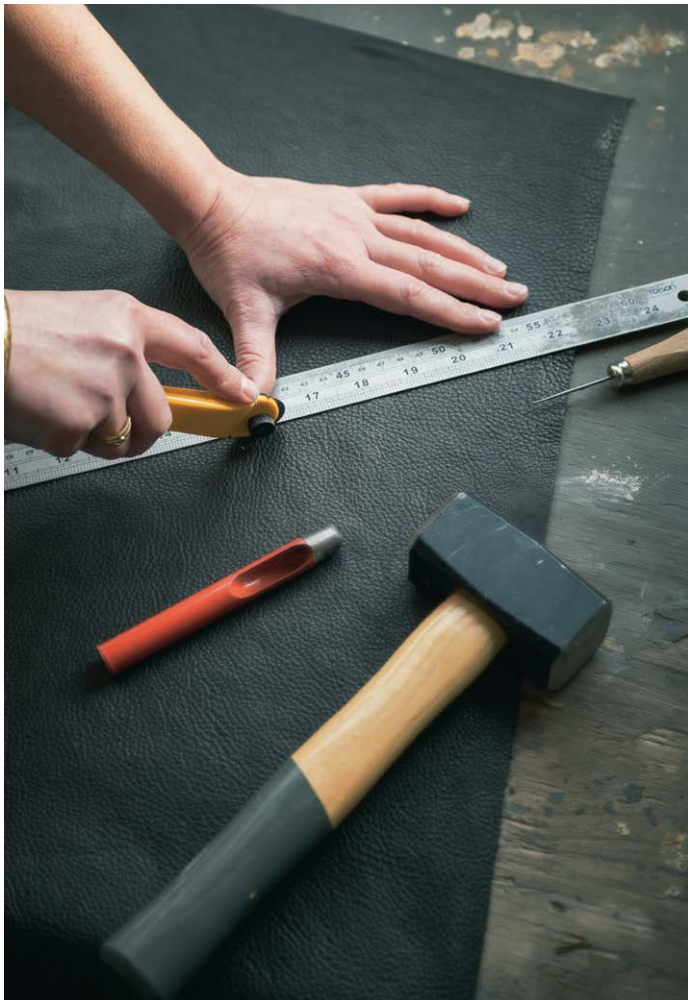
initieëren en realiseren ligt en dat ze zich niet moet vastpinnen op één ding. Ondanks dat inzicht merkt ze dat haar enthousiasme nog weleens met haar aan de haal gaat. “Elke keer als ik iets nieuws ontdek dat me mateloos interesseert en waar ik dan helemaal induik, denk ik oprecht dat ik het gevonden heb. Dat ik dat altijd ga blijven doen en dat ik me daarop zal focussen.” Toch komt er dan steeds weer iets nieuws om te ontdekken. Die vrijheid is voor Letty nodig om de creativiteit te laten stromen en levend te houden. Daarom besloot ze na Abel dat al haar creatieve projecten vanaf dat moment iets zijn voor erbij. Ze hoeft er van zichzelf geen geld meer mee te verdienen, want dat geeft een te hoge druk. “Bekijk mijn Instagram-feed maar eens. Daar staan telkens nieuwe, eigen dingen op. Maar ik heb

dus te weinig focus om een lijn te kiezen voor een eigen bedrijf, dat je op die manier kunt branden.” Door niet te kiezen en zichzelf de ruimte te geven, houdt ze er plezier in om nieuwe projecten te starten.

Veelzijdig

De creatieve veelzijdigheid kenmerkt Letty al vroeg. Van kleins af aan is ze aan het maken. Dat doet ze met verschillende uitingen en in uiteenlopende disciplines. Na de middelbare school ging ze reizen, wat haar inspireerde tot nieuwe projecten. Tijdens haar studie Psychologie in Amsterdam had ze haar eigen doka en deed ze mee aan fotografiewedstrijden. Daarnaast bleef ze heel veel schilderen. Na haar studie volgde ze de fotovakschool en startte ze aan de kunstacademie. In die tijd verhuisde ze naar Groningen





voor de liefde. Daar aanbeland ontdekte Letty dat ze mooie resultaten wil hebben, die je praktisch kunt gebruiken. Toegepaste kunst dus. Daarom was zelf kleding maken ook meteen leuk. Ze wijst om zich heen: "Als je ergens bent, zie je mooie combinaties van kleuren en patronen. Wanneer ik iets moois zie, wil ik het gelijk doorvoeren."

Samenwerken

Naast praktische, mooie resultaten is het sociaal-maatschappelijke aspect in Letty's werk ook belangrijk. Dat komt naar voren in meerdere samenwerkingen. Zo kwam Letty via oprichtster Christine Roos in aanraking met de Namibische vrouwenorganisatie Penduka. Ze gingen samen twee keer op reis naar Namibië om daar samen met de vrouwen in de townships een tassenlijn op te zetten, gemaakt van duurzaam geproduceerd leer en geborduurd textiel. Ook gaf Letty workshops in samenwerking met het COA, waarin vrouwen een shopper maakten. "Dat gaf zoveel voldoening. Vrouwen worden er erg blij van, dat ze in één dag naar een mooi eindresultaat kunnen werken." Op dit moment is Letty, samen met andere Groningse ondernemers en bedrijven, betrokken bij het programma G-rond van het Alfa-college, een ROC voor Noord- en Oost-Nederland, dat zich inzet voor de transitie van een lineaire naar een circulaire economie binnen de creatieve maakindustrie. "Wat ik altijd opzoek, is samenwerking. Soms zoek ik mensen erbij, soms zoeken mensen mij. Ik ben

gewend aan collega's en het op die manier in aanraking komen met nieuwe technieken of materialen is een heel belangrijke factor in mijn werk. Ik heb in mijn omgeving veel mensen met een groot creatief netwerk. Met wie ik wil samenwerken hangt af van waar ik op dat moment mee bezig ben."

Eeuwig bloeiend

Voor de bloementassen werkte Letty samen met ontwerper Tjeerd Veenhoven. Ze wilde graag met palmleer werken, een heel uitdagend materiaal. Bij hem in het atelier zag ze een innovatieve manier van geperste bloemblaadjes in vilt. "Toen dacht ik: hier wil ik iets mee", zegt ze. "Dat mocht van Tjeerd, dus ben ik er ingedoken en heb ik er tassen mee gemaakt voor de expositie Masterly The Hague." De bloementassenlijn heeft ze de naam Itsumo Sako gegeven, Japans voor 'eeuwig bloeiend'. Wat Letty zo aansprak in de gedroogde bloemen in vilt? "Dat de bloemen zo het eeuwige leven krijgen en hergebruikt worden. Hergebruiken en recyclen spelen sowieso een belangrijke rol in mijn werk", benadrukt ze. "Er is al zoveel textiel en restmateriaal in omloop. Ik vind het heel mooi hoe mensen van oud iets nieuws maken. Zelf draag ik mijn steentje bij door oude stoffen te hergebruiken. Leer is natuurlijk al een zeer duurzaam materiaal, maar de productie ervan is niet duurzaam. Daarom werk ik met eco-leer en restleer uit Duitsland, Ecopell, dat wel duurzaam geproduceerd is. Het wordt

Paspoort



Letty Scheers van StudioLet uit Groningen ontwerpt en maakt tassen van gerecycled materiaal, zoals oude laarzen en spijkerbroeken, gecombineerd met eco-leer en andere duurzame materialen, zoals hennep. Hergebruik en slow fashion zijn belangrijke pijlers in haar werk. Ze ontwerpt unieke tassen in opdracht of voor specifieke exposities en ontwerpt limited edition-tassenlijnen, zoals de bloementassen. Naast haar ontwerpwerk is ze via verschillende samenwerkingen actief om hergebruik van reststromen en sociaal-maatschappelijke inclusie te bewerkstelligen. Neem contact op met Letty voor een custom made tas en bekijk haar werk online op studiolet.nl.

**Ik ben een ontdekker, een avonturier,
ik wil nieuwe dingen ontdekken en er
induiken, er helemaal in opgaan**







plantaardig geloooid in plaats van met chemicaliën en met natuurlijke materialen gekleurd.” Inmiddels is Letty’s aandacht alweer verder en maakt ze tassen van oude laarzen, spijkerbroeken en – na haar kampeervakantie – van een oude tent.

Bloementas in de maak

Letty’s ambacht is tijdrovend en arbeidsintensief. Bij gecompliceerde ontwerpen in opdracht en voor de bloementassen maakt ze eerst zelf haar materiaal. Voor de bloementassen ging ze daarbij als volgt te werk. Eerst maakte ze vilt van wol, daarna droogde ze bloemen. “Er zijn allerlei foefjes en slimmigheidjes om dat snel te doen, maar het beste resultaat krijg je als je de bloemen gewoon op zolder laat drogen”, weet Letty. Vervolgens gebruikte ze een materiaal, uitgevonden en ontwikkeld door ontwerper Tjeerd Veenhoven, waarmee ze de bloemen op het vilt kon plakken. Tot slot perste ze de bloemen in het vilt en voegde ze nog een bescherm laag toe. In diezelfde tijd deed ze veel met ecoprints: het drukken van planten op stof met gebruik van natuurlijke pigmenten. “Zelf noemde ik het botanische prints. Eucalyptus leent zich daar erg goed voor, maar ook geranium, dat print ik dan op organische zijde. Er gaat superveel tijd in zitten en je weet nooit wat het resultaat is, hoe de pigmenten reageren. Dat is deel van de magie”, vindt Letty. “Maar als je kijkt hoeveel tijd je ermee kwijt bent en hoeveel ik voor zo’n tas vroeg, dan staat dat totaal niet in verhouding.”

Favorieten

En wat is de favoriete tas van een tasenontwerpster? Letty kiest voor een grote tas met een middenstuk dat is geborduurd door de Namibische vrouwen van Penduka. Omdat het een tas is



Ik kan dingen aanjagen en initiëren en ben trouw aan projecten die ik opstart. Maar er moet ook ruimte blijven voor nieuwe ontdekkingen.

die haar na aan het hart ligt, vanwege de mooie samenwerking en de bijzondere ontmoetingen die ze in Namibië gehad heeft. Daarnaast kiest ze voor een hele fijne leren handtas die ze overal mee naartoe neemt. Daardoor is de emotionele waarde hoog, omdat die tas op zoveel plekken is geweest en er zoveel herinneringen mee verbonden zijn. Een ontwerp waar Letty zelf extra trots op is: een tas die ze ontwierp voor een expositie bij een schilderij uit de zeventiende eeuw met daarop Amalia van Solms. Daarvoor onderzocht ze haar leven, zodat het ontwerp bij haar stijl en karakter zou passen. De tas is gemaakt van gerecyclede spijkerbroeken en bloemen van hortensia’s gedrukt in stof. “Ik heb de kleuren van het schilderij en details van Amalia’s kleding laten terugkomen in het tasontwerp.”

Meteen maken

Inspiratie voor haar werk haalt Letty overal vandaan, ze gaat er niet naar op zoek. Ze vindt het in boeken, schilderij-

en, kunst, interieur, architectuur, vormen en kleurcombinaties die ze toevallig tegenkomt. “Ik sta er heel erg voor open, dan zit ik te dromen en denken mensen dat ik er met mijn gedachten helemaal niet bij ben, maar dan luister ik wel, ik ben alleen tegelijkertijd in mijn hoofd al een nieuwe tas aan het ontwerpen met de vormen en kleuren die ik om me heen zie”, legt Letty uit. Op reis gebeurt dat nog veel meer, dan ontstaat er ruimte in haar hoofd om te fantaseren over nieuwe ideeën. Letty werkt heel direct: “Als ik iets bedacht heb, dan moet ik het ook maken, anders word ik heel kriebelig.” Tijdens ons gesprek in Zwolle staat haar vakantie voor de deur. Ze is nog bezig met het maken van een tas voor een vriendin, geïnspireerd op de jugendstil van de jaren twintig van de vorige eeuw en gemaakt van een paar oude laarzen. Ze kan er niet mee wachten tot na de vakantie. “Toen ik alles bij elkaar had bedacht en de kleuren had verzameld, moest het er ook uit. Het moet nu af voor de vakantie!” ✿

Cirkelzaagje

Een van de vogels die in onze contreien komen overwinteren, is de keep (*Fringilla montifringilla*). Hij broedt in naald- en berkenbossen in de bergen van Scandinavië, op het Kolaschiereiland en in Karelië in noordwestelijk Rusland. Dit gebied wordt samen ook wel Fennoscandinavië genoemd. In de wintermaanden trekt de keep naar het zuiden en strijkt hij neer in Nederland en België. De meeste kans om een keep te spotten, is in dennenbossen op zandgrond of op de Waddeneilanden. De keep lijkt qua gedrag en grootte erg op de gewone vink (*Fringilla coelebs*). Je herkent hem aan zijn donkergrijze kop, oranje borst en zijn staart, die sterker gevorkt is dan die van de gewone vink. Mocht je hem niet zien, dan zorgt de keep er wel voor dat je hem hoort. Zijn roep - waaraan hij zijn naam te danken heeft - is een raspand nasaal chéèèèèp. De keep zingt als een cirkelzaagje: een nu eens harder, dan weer zachter, langgerekt sjruur. ✿








 Tuinontwerp

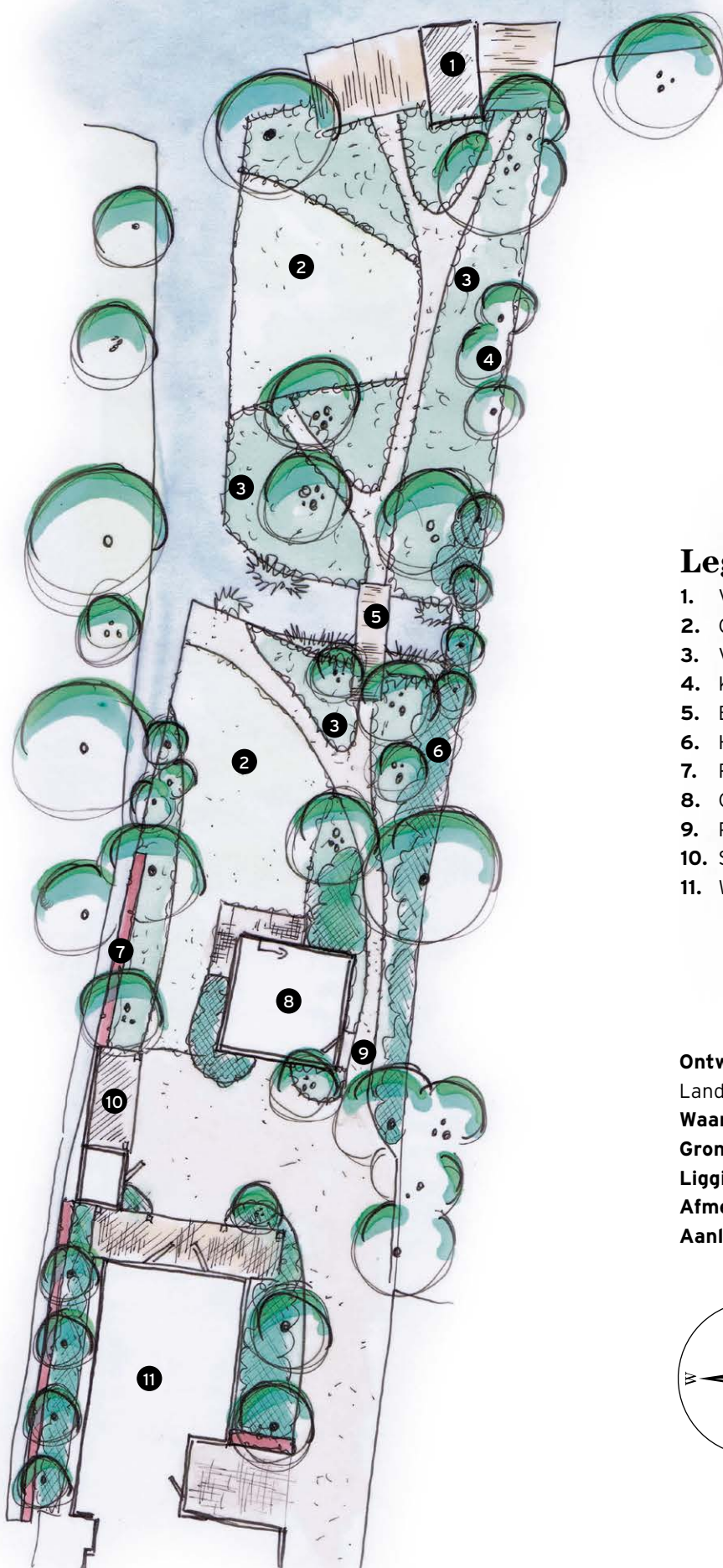
Tuin aan het water

Het uitzicht was dé reden voor de eigenaren om op deze plek te komen wonen. De tuin, die aan het water grenst, had geen compleet nieuw ontwerp nodig: alleen een fraaie beplanting miste. Tuinarchitect Arjan Boekel maakte een passend beplantingsplan met naturalistische borders die in het omringende landschap opgaan.

TEKST MODESTE HERWIG FOTO'S SIETSKA DE VRIES

In het landelijk gelegen Holysloot, vlak boven Amsterdam, zijn er veel weilanden en weidse uitzichten, maar is er vooral ook veel water. Achter twee houten gebouwen, een woonhuis en een gastenverblijf in een voormalige schuur ligt deze ruime tuin met een spectaculair uitzicht over de Holysloter Die. “Een prachtige plek”, vindt tuin- en landschapsarchitect Arjan Boekel. “Maar de tuin was wel erg eenvoudig.” Daarom kreeg hij de vraag om een nieuw plan voor de tuin te maken. Een veranda met ruim terras, parkeerplekken en een houten vlonder achter in de tuin waren er al. Alleen de beplanting ontbrak nog. “Er was

vooral gazon, met hier en daar een boom. De eigenaren wilden er een paradijsje van maken met veel bloemen. Het liefst heel natuurlijk, zodat de tuin goed zou aansluiten bij de omgeving. Het ging ze vooral om natuurbeleving, want daarom waren ze hier komen wonen”, vertelt Arjan, die bekend is om zijn kleurrijke en naturalistische beplantingen in (dak)tuinen en openbare ruimtes. “Dit was voor mij dus een ‘groene’ opdracht; er was geen behoefte aan extra paden en terrassen. Het uitzicht over het water is natuurlijk fantastisch, dat moest zeker behouden blijven.” Rondom het gazon zijn inmiddels verschillende borders aangelegd,



ONLINE

Download de
plattegrond op
www.buitenleven.nl



Legenda

1. Vlonder en boothuis
2. Gazon
3. Vasteplantenborder
4. Knotwilgen
5. Brug
6. Heesters
7. Rode beukenhaag
8. Gastenverblijf
9. Pad met hortensiaborder
10. Schuur en carport
11. Woning

Ontwerper: Boekel Tuin &
Landschap, Arjan Boekel

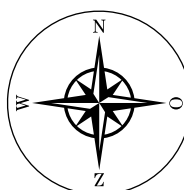
Waar: Holysloot (NH)

Grondsoort: natte veengrond

Ligging: op het noorden

Afmetingen: 1200 m²

Aanleg: Boekel Tuin & Landschap



TIP

Een mooie combinatie voor de herfst: de strogele herfstkleur van Japans bosgras (*Hakonechloa*) met de kaneelkleurige pluimen van astilbe (*Astilbe*).

rijkgevuuld met vaste planten, siergrassen en enkele heesters. Alle gekozen planten zien er heel natuurlijk uit; hier geen rozen of in vorm geknipte struiken. Pluimvormige bloemen en siergrassen sluiten goed aan bij de omringende wilde beplanting.

Optisch bedrog

Het perceel is vrij lang: vanaf de entree is het 85 meter tot aan de waterkant. De ruimte tussen het gastenverblijf en de woning is vrij smal. "Toch heb ik de ruimte nog smaller gemaakt door aan weerszijden van het pad borders aan te leggen. Zo is een graspad ontstaan dat de twee grotere ruimtes van de voor- en achtertuin met elkaar verbindt. Omdat de doorgang optisch smaller lijkt, beleef je de ruimte optimaal", legt Arjan uit. In de achtertuin liggen langs de randen van het gazon vaste plantenborders met een organische vorm. Het gras loopt door tot aan de waterkant. Enkele forse heesters en bomen zorgen voor hoogte en volume. "Het centrale deel van de tuin heb ik opengelaten. Over het gazon kijk je nu richting het water. Ik probeer altijd om wat



- 1 De beplanting in de borders past perfect bij de waterrijke omgeving. Bruine pluimen van astilbe, achteraan geitenbaard *Aruncus* 'Horatio', rechts papieresdoorn (*Acer griseum*).
- 2 De doorgang tussen de twee gebouwen met rechts berghortensia *Hydrangea serrata* 'Bluebird', die ook uitgebloeid nog heel decoratief is.
- 3 Het mooiste uitzicht over het water heb je vanaf het gazon. Onder de treurwilg staan 's zomer stoelen.
- 4 De siergrassen met een laagje rijp worden sprookjesachtig verlicht door de laagstaande winterzon.





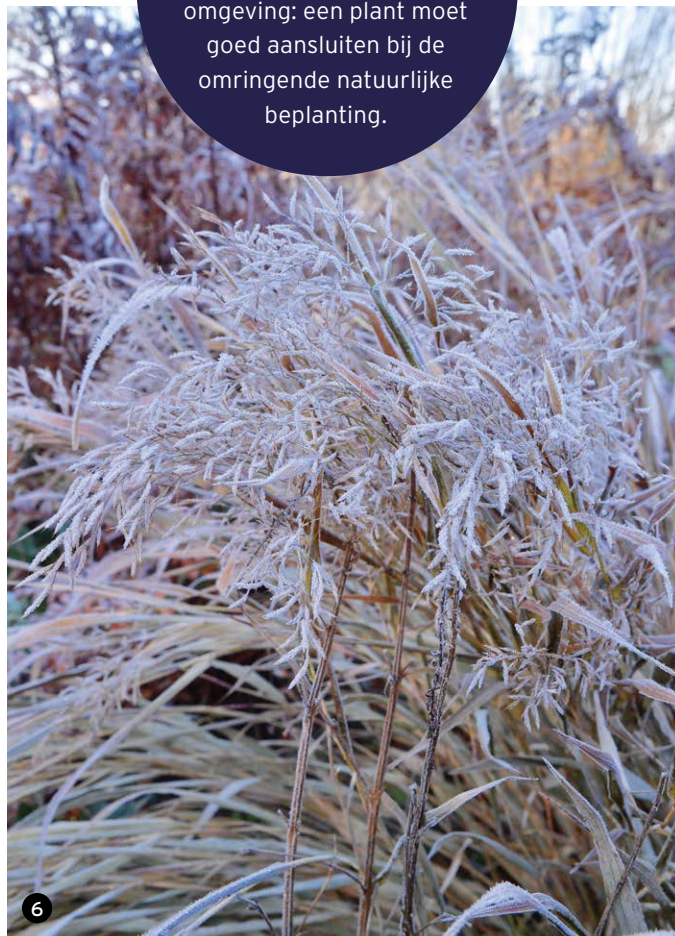
grotere bomen en struiken te behouden, want ze zorgen voor zoveel sfeer en het duurt wel even voordat je weer zo'n hoogte hebt", verklaart Arjan zijn keuze om een oude treurwilg en twee kronkelwilgen te laten staan. "De wilg moest wel geknot worden vanwege stormschade. De andere bomen zijn opnieuw aangeplant. Bij het gastenverblijf staat een kornoelje (*Cornus kousa*), achter in de border een papieresdoorn (*Acer griseum*) en een zwarte tupeloboom (*Nyssa sylvatica*)."

Juiste planten kiezen

Ondanks de ligging op het noorden krijgen de borders in deze open tuin veel zon, waardoor er heel wat mooie planten kunnen groeien. "Bij de plantenkeuze is het heel belangrijk om naar de groeiomstandigheden te kijken. In deze tuin is er

TIP

Let bij je plantenkeuze niet alleen op de grondsoort, maar ook op de omgeving: een plant moet goed aansluiten bij de omringende natuurlijke beplanting.



Beplantingsplan maken

Voor een border die zelfs in de winter mooi is, ga je best niet op de bonnefooi shoppen, maar maak je eerst een beplantingsplan. Teken je borderontwerp op schaal 1:20 (5 cm op papier is 1 m in de tuin), kies geschikte planten en bekijk hoeveel planten je kwijt kunt. Verdeel vervolgens de planten in groepjes over de plattegrond en maak een boodschappenlijstje van de benodigde aantallen. Met zo'n goede planning kun je heel gericht je inkopen doen en wordt je nieuwe border zeker een succes. Onthoud: een mooie beplanting ontstaat niet in één jaar. Het is daarom belangrijk om aantekeningen te maken van het resultaat. Zo kun je verbeteringen doorvoeren en wordt de tuin elk jaar mooier.



Wintersilhouet

Bij het selecteren van planten voor een border wordt vaak alleen gekeken naar de bloemen en de bloeitijd. "Kijk zeker ook naar hoe een plant verbloeit en naar zijn wintersilhouet", adviseert Arjan. "Want ook als een plant uitgebloeid is, moet je border er nog goed uitzien. Knip de vaste planten pas in het voorjaar af."

- 5 Vooraan wintergroene zachte naaldvaren (*Polystichum setiferum*), erachter de beukenhaag.
- 6 Prachtriet (*Miscanthus sinensis*) groeit goed op de vochtige grond in deze tuin.
- 7 De naturalistische border met links de oude wilg.
- 8 De vlinder steekt iets over het water, een heerlijke plek om te zitten zodra het weer wat warmer wordt.



genoeg zon, maar is er ook sprake van behoorlijk natte veengrond. Plant je hier de verkeerde soorten aan, dan zal dat geen succes worden omdat ze gewoon weggroten", weet Arjan. "Planten die juist wel van natte voeten houden, zijn bijvoorbeeld astilbe, schout-bij-nacht (*Rodgersia*), schildblad (*Darmera*) en geitenbaard (*Aruncus*). Heesters die in deze grond kunnen groeien, zijn onder andere berghortensia *Hydrangea serrata* 'Bluebird' en rode kornoelje *Cornus sanguinea* 'Winter Beauty'. De siergrassen Japans bosgras (*Hakonechloa*) en prachtriet (*Miscanthus*) doen het hier ook prima. Een favoriet van mij is koningsvaren (*Osmunda regalis*), die een spectaculaire oranjegele herfstkleur heeft. Je moet wel geduld hebben met deze plant; het kan wel tien jaar duren voor hij een forse pol is geworden." Arjan heeft bij de aanleg de planten zelf op de juiste plek gezet. Na drie jaar zijn de borders behoorlijk vol gegroeid en krijgt onkruid nauwelijks een kans. Zo kunnen de eigenaren vooral genieten van deze onderhoudsvriendelijke, natuurlijke tuin. ❀

BUITENLEVEN

**Tuinieren, graag met je handen bezig zijn,
buitenshuis je vrije tijd besteden en dol op
alles wat groeit en bloeit. Herken je dit?
Dan is *Buitenleven* jouw tijdschrift.**

- 9 keer per jaar
- Meer dan 100 pagina's
- Inspirerende tuinreportages
- Verrassende buitenuitjes
- Praktische tuinadviezen



Ga voor de aanbieding snel naar www.buitenleven.nl/abonneren of
e-mail naar abonnement@bcm.nl of bel 085 7600237
(Dinsdag en vrijdag 08:30-12:30 uur, lokaal tarief)



Met IVN de natuur in

Natuurwandelen op recept

Zaterdagochtend, kwart over negen. Op Landgoed de Barendonk in het Land van Cuijk, net onder Nijmegen, druppelen wandelaars de verzamelruimte binnen. De meesten kennen elkaar inmiddels vrij goed. Samen wandelen is voor hen immers vaste prik. En zo begint de ochtend ook: met een prik om het bloedsuikergehalte te bepalen. Wat de wandelaars met elkaar verbindt? Ze hebben allemaal een belangrijk medicijn voor diabetes - een ziekte waaraan 1,2 miljoen Nederlanders lijden - voorgeschreven gekregen: natuurwandelen op recept, oftewel biowalking. De meesten zweren er inmiddels bij. "Het is heel fijn om samen de natuur in te trekken."

TEKST EN FOTO'S MARJOLEIN VAN DER GAAG



Met IVN de natuur in

Natuur weer terug-
brengen in het
dagelijks leven van



mensen. Dat is de missie van IVN Natuur-
educatie. Belangrijk, want mens en natuur zijn de
afgelopen decennia steeds verder van elkaar
verwijderd geraakt. Veel mensen wonen in ver-
steende steden en brengen dagelijks heel wat uren
binnen door, veelal achter schermen. Het contact
met de natuur is geminimaliseerd, terwijl de natuur
zo belangrijk is voor onze gezondheid. Door
beleving, educatie en tal van projecten, die mens
en natuur verbinden, probeert IVN het tij te keren.





Verpleegkundig specialist Marianne Sommers zit samen met haar collega's van de diabetespoli van het Maasziekenhuis in Boxmeer klaar om iedereen te ontvangen. Bloed wordt geprikt en waarden worden genoteerd, net zoals wat elke deelnemer deze ochtend voor ontbijt heeft gehad. "20,2. Dat is wel hoog, Riek", constateert Marianne terwijl ze haar collega's op het hoge bloedsuikergehalte van de 87-jarige dame wijst. Een reden om Riek, die laconiek haar schouders ophaalt, tijdens de wandeling wat extra in de gaten te houden. "Ik voel me prima", zegt ze. "Gisteren was mijn kleindochter jarig. En ja, dan neem je soms iets wat minder gezond is." Eenmaal buiten valt aan Riek niets te merken. Of misschien juist wel: dat ze op haar leeftijd bijzonder kwiek is en de hele wandeling stevig zal doorstappen.

Natuur en gezondheid

De wandeling van vandaag start onder aanvoering van IVN-natuurgids Willemien ten Haaf op Landgoed de Barendonk in het Noord-Brabantse Beers. De taken zijn duidelijk verdeeld. "De medewerkers van de diabetespoli letten op de gezondheid van de deelnemers en ik zorg ervoor dat ze niet verdwalen", zegt Willemien lachend. "En natuurlijk probeer ik telkens weer zo'n interessant mogelijke wandeling te bedenken. Je wilt de deelnemers wel iets over de natuur ter plekke kunnen vertellen." Willemien is een van de natuurgidsen van IVN die iedere week een nieuwe wandeling uitzetten in de omgeving. De wandelingen variëren tussen de vier en zes kilometer en hebben één belangrijk doel: de gezondheid van de deelnemers verhogen. Na vijf jaar biowalking kan wel met zekerheid worden gesteld dat dit ook echt het geval is. De natuur werkt rustgevend en de beweging zorgt ervoor dat het bloedsuikergehalte daalt. Natuurgids Willemien spreekt van een mooi concept: "Dit soort wandelingen zijn mij op het lijf geschreven. Ik ben veertig jaar lang gymdocent geweest en vind bewegen vanzelfsprekend belangrijk. Zelf vind ik het heerlijk om de natuur in te gaan en de mensen iets te vertellen over de plek waar ze wandelen. Dat kan over de natuur zelf gaan, maar ook over de historie en hoe het komt dat het landschap er nu zo uitziet."



Eiken- en beukenlanen

Net zoals de omringende landgoederen heeft Landgoed de Barendonk zijn eigen geschiedenis. De ingang van het landgoed zou je, als je niet bekend bent in de buurt, zo voorbijrijden. Zonde, want met name de vele groene eiken- en beukenlanen zijn werkelijk prachtig. Het statige landhuis op het landgoed is gebouwd op een terp, zodat de bewoners in het verleden geen natte voeten zouden krijgen door het wassende water van de Maas. Vandaag is het de taak van gids Willemien om ervoor te zorgen dat onze voeten droog blijven. Na het extreem slechte weer van gisteren liggen er veel plassen en is het her en der wat drassig. De deelnemers, die een voor een stevige wandelschoenen aanhebben, lijken zich er niet aan te storen. Ook niet aan het feit dat deze wandeling miezerig is begonnen. Geïnteresseerd staan ze stil voor het hek van het statige woonhuis, waar jaren geleden voormalig minister-president Jan de Quay woonde.

Nieuwe wandelclubjes

Al luisterend naar Willemien breekt langzaam toch de zon door. Vogels beginnen te fluiten en als we geluk hebben, zien we wellicht nog wat wild, bedenk ik hardop. Ik heb begrepen dat er in het gebied, dat onder meer uit weilanden en boomgaarden bestaat, zeker reeën, dassen en konijnen zitten. Maar Riek schudt meteen stellig haar hoofd. "Nee joh, dat gaat niet gebeuren. Daarvoor maken we met z'n allen veel te veel lawaai. We kletsen





De ingang van het landgoed zou je, als je niet bekend bent in de buurt, zo voorbijrijden. Zonde, want met name de vele groene eiken- en beukenlanen zijn werkelijk prachtig.

wat af. Maar dat maakt niet uit. Het is gewoon een leuke club zo." Diëtiste Petra Bijlaart, die de wandelaars die daar behoefte aan hebben onderweg van voedingsadviezen voorziet, is het daar volledig mee eens. "Het gaat er heel gemoedelijk aan toe en het is belangrijk dat deelnemers zich in elkaar herkennen. Iedereen hier weet hoe het is om met diabetes te leven. Dat geeft toch een soort saamhorigheid. Je merkt ook dat uit zo'n wandelclub weer nieuwe

groepjes ontstaan. Mensen die een klik met elkaar hebben, gaan ook op andere momenten samen wandelen." Dat geldt ook voor Jacqueline, die samen met haar schoonzus/vriendin meewandelt. "In mijn eentje ga ik het bos niet in", vertelt ze. "Dat vind ik veel te spannend. Je weet nooit wat je tegenkomt. Ik ben al bang voor loslopende honden. Maar in een groep is dat anders. Nu wandel ik wel drie keer per week en dat is heerlijk."



Na het extreem slechte weer van gisteren liggen er veel plassen en is het her en der wat drassig. De wandelaars lijken zich er niet aan te storen. Net zo min als aan het feit dat deze wandeling miezerig is begonnen.



Hypo

Terwijl Willemien ons wijst op de dassenburchten die we passeren, vertellen Jan en Mart over hun ervaringen met de natuurwandelingen. "Het is een goed begin van het weekend", zegt Jan. "De ene keer is de route makkelijker dan de andere keer. Die verschillen merk je wel. Als het bijvoorbeeld wat heuvelachtiger is of als we door zandduinen heen moeten en het is ook nog eens veel warmer, dan is het een stuk zwaarder dan vandaag en dan gaat de bloedsuikerspiegel ook veel sneller omlaag." Het gevolg daarvan is wel dat de diabetesverpleegkundigen de wandelaars extra in de gaten moeten houden, want als de bloedwaarden te laag worden, kan iemand een hypo krijgen. "Dat is echt geen pretje", verzekert Jan. "Je voelt je dan ontzettend beroerd: hoofdpijn, slecht zien, het is net alsof je uit de kroeg komt." Om te voorkomen dat iemand languit in het gras komt te liggen, gaan de wandelaars zelf én de verpleegkundigen altijd gewapend met wat versnaperingen op pad. Indien nodig kan er dan tussendoor wat worden gegeten en tussentijds kan er ook altijd bloed worden geprikt. Mart haalt





echter zijn schouders op. “Voor iedereen is het anders, maar ik ben eigenlijk altijd vrij stabiel. Ik start de wandeling met een bloedwaarde van rond de 9 en als ze na afloop opnieuw prikken, is die meestal met 1 of 1,5 punt gedaald. Maar het is weleens voorgekomen dat er iemand tegen de vlakke ging. Niets ernstigs hoor, maar dan ben je wel blij dat er verpleegkundigen bij zijn.”



Vrienden van het Maasziekenhuis

Eenmaal terug bij het startpunt blijkt de wandeling van vandaag voor vrijwel alle deelnemers appeltje-eitje te zijn geweest. Met verlaagde bloedwaarden – die van Riek is van boven de 20 gedaald naar ruim 11, “Zie je well!” – wordt er onder het genot van een kop koffie of thee nog wat nagepraat. Een fijne start van het weekend voor deze patiënten van het Maasziekenhuis in Boxtmeer, die allemaal via de diabetespoli bij de biowalking zijn terechtgekomen. Het natuurwandelen onder begeleiding van diabetes-verpleegkundigen in samenwerking met IVN, dat plaatsvindt in de natuurgebieden in Noord-Brabant en het Nationaal Park Maasduinen in Limburg, wordt mogelijk gemaakt door Vrienden van het Maasziekenhuis, dat projecten sponsort die niet bij de reguliere zorg thuishoren. ✿



Soep

Soepbar Soep-er in Utrecht serveert niet zomaar soep, maar supersoep. En nu kun je ze ook zelf maken. Van klassieke tomatensoep tot Indonesische pindasoep. Ons kan de winter niet lang genoeg duren.

TEKST JANINE DE ROODE FOTO'S DAISY RANOU EN JANINE DE ROODE

Massaman currysoep met pompoen en cashewnoten

Voor 4 personen

- 2 el zonnebloemolie
- 3 teentjes knoflook, fijnggehakt
- 2 sjalotjes, gesnipperd
- 3 cm gemberwortel, geschild en geraspt
- 1 stengel citroengras, fijngesnipperd
- 4 takjes koriander, steeltjes en blaadjes fijngesneden
- 1,5 el kant-en-klare massaman currypasta
- 1 l volvette kokosmelk
- 1 l groentebouillon
- 1 el palmsuiker
- 2-3 el vissaus
- 1 kaneelstokje
- 2 steranijsvruchten
- 1 grote flespompoen, zaden verwijderd, met schil, in kleine blokjes
- 4 kruimige aardappels, geschild, in blokjes
- 100 g Thaise erwtaubergine (te vinden in de toko)
- 200 g sperziebonen, gehalveerd
- Sap van 2-3 limoenen

Topping

- 200 g jasmijnrijst
- Blaadjes koriander
- 50 g geroosterde ongezoeten pinda's
- Zwarte peper

Bereiding

Verhit de zonnebloemolie in een soeppan en bak de knoflook op zacht vuur 2 tot 3 min. Voeg de sjalotjes, gember, het citroengras en de koriander toe en fruit 4 min. op zacht vuur. Voeg de massaman currypasta toe en roer goed door. Bak mee tot alles heerlijk begint te ruiken en voeg een scheut kokosmelk toe. Roer en herhaal scheut voor scheut tot alle kokosmelk is verwerkt. Doe de groentebouillon, palmsuiker, vissaus, het kaneelstokje, de steranijs en flespompoen erbij en breng aan de kook. Draai het vuur laag en laat ongeveer 30 min. pruttelen, tot de pompoen gaar is. Kook in een andere pan de aardappels in 20 min. gaar. Kook de laatste 10 min. de Thaise erwtaubergines en sperziebonen mee. Giet af en zet opzij. Vis het kaneelstokje en de steranijsvruchten uit de soep (bewaren!). Roer een deel van het limoensap door de soep en pureer met een staafmixer tot een mooi romig geheel. Gooi het kaneelstokje en de steranijs terug in de soep, voeg de aardappels, erwtaubergines en sperziebonen toe en breng op smaak met eventueel meer vissaus, palmsuiker en/of limoensap. Bereid voor de topping de jasmijnrijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Serveer met per kom een goede lepel jasmijnrijst. Giet de soep over de rijst en top af met wat verse korianderblaadjes, geroosterde pinda's en versgemalen zwarte peper.

Indonesische pindasoep met banaan en kokosmelk

Voor 4 personen

- 2 el zonnebloemolie
- 3 teentjes knoflook, fijngehakt
- 1 gele ui, gesnipperd
- 1 rode chilipeper, fijngesneden
- 2 cm gemberwortel, geraspt
- 1 stengel citroengras, fijngesneden
- 1 kleine winterwortel, in blokjes
- ½ prei, in halve ringen
- 2 stengels bleekselderij, in boogjes
- ½ tl cayennepeper
- ½ rijpe banaan, in plakjes
- 400 g ongezouten geroosterde pinda's
- 200 g pindakaas
- 400 ml volle kokosmelk
- 400 g tomatenblokjes, uit blik
- 500 ml groentebouillon
- 1 el ketjap manis
- ½ el donkere sojasaus
- 2 tl palmsuiker
- Sap van 2 limoenen
- 5 limoenbladeren, ingescheurd of geraspte schil van 1 limoen
- 2 laurierblaadjes
- Zeezout en zwarte peper

Topping

- 125 g taugé
- ¼ komkommer, in dunne reepjes
- 1 biologische limoen, in kwarten
- 4 el gebakken uitjes

Bereiding

Verhit de zonnebloemolie in een grote soeppan. Fruit de knoflook en ui en voeg na 2 min. de chilipeper, gember en het citroengras toe. Doe na 3 min. de wortel, prei, bleekselderij en cayennepeper erbij. Voeg naar smaak zeezout en zwarte peper toe. Laat in circa 20 min. op zacht vuur gaar worden met het deksel op de pan. Roer af en toe door. Voeg de banaan, pinda's, pindakaas en kokosmelk toe. Roer door tot het een mooi geheel is geworden en de pindakaas volledig in de saus is opgenomen. Doe de tomatenblokjes, groentebouillon, ketjap manis, sojasaus en palmsuiker erbij. Breng voorzichtig aan de kook. Blijf goed roeren! Laat 30 min. op zacht vuur koken met het deksel half op de pan. Pureer de soep met een staafmixer. De soep hoeft niet volledig glad te worden van structuur (er moet nog een goede bite in zitten van de pinda's). Voeg het limoensap en de limoen- en laurierbladeren toe en roer goed door. Laat minimaal 10 min. staan en breng dan op smaak met zeezout en zwarte peper. Serveer met per kom een klein handje taugé en een paar dunne reepjes komkommer. Knijp een kwart limoen uit over de soep. Bestrooi met gebakken uitjes.



Wortelsoep met gele curry en citroen

Voor 6-8 personen

- 2 el zonnebloemolie
- 4 teentjes knoflook, fijngehakt
- 2 sjalotjes, fijngehakt
- 2 stengels citroengras, fijngesneden
- 2,5 cm gemberwortel, geschild en geraspt
- 1 rode chili, fijngesneden
- 7 g koriander, steeltjes en blaadjes fijngesneden
- 2 stengels bleekselderij, in dunne boogjes
- 1,5 el kant-en-klare gele currypasta
- 1 tl korianderpoeder
- 1 tl komijnpoeder
- ½ tl gemberpoeder
- ½ tl kaneel
- 2 tl kerrie
- ½ tl cayennepeper
- ½ el palmsuiker
- 1,5 l volvette kokosmelk
- 6 grote winterwortels, geschild, in blokjes
- 1 l groentebouillon
- Sap van 2 citroenen
- ½ el sesamololie
- 2 tl sumak
- Zeezout en witte peper

Topping

- 6-8 el kokosroom (optioneel)
- 1 el pompoenpitjes
- 1 tl tuinkers
- 1 el eetbare gedroogde bloemen

Bereiding

Verhit de zonnebloemolie in een soeppan en bak de knoflook, sjalot, het citroengras, de gember, chilipeper, koriander en bleekselderij 10 min. op zacht vuur. Roer af en toe. Voeg de gele currypasta, het koriander-, komijn- en gemberpoeder, de kaneel, kerrie, cayennepeper, palmsuiker en naar smaak zeezout en witte peper toe en bak 3 min. op middelhoog vuur tot de keuken heerlijk geurig wordt. Voeg voorzichtig, beetje bij beetje, de kokosmelk toe en blijf goed roeren. Doe de wortel en groentebouillon erbij. Breng aan de kook. Zet het vuur laag met het deksel schuin op de pan. Laat 45 min. zachtjes pruttelen. Voeg het citroensap, de sesamololie en sumak toe en pureer de soep glad met een staafmixer. Breng op smaak met zeezout en witte peper. Serveer met per kom 1 eetlepel kokosroom (optioneel), wat pompoenpitjes, tuinkers en gedroogde bloemen.



Pompoensoep met miso en rozemarijn

Voor 4 personen

- 1 grote fles-
pompoen, met
schil, in blokjes
- 50 ml olijfolie
- 1 tl cayennepeper
- 1 tl harissapoeder
- 25 g ongezouten
roomboter
- 2 teentjes knoflook,
fijnggehakt
- 2 cm gemberwortel,
geschild en geraspt
- 3 gele uien,
gesnipperd
- 1,5 el miso
- 4 takjes rozemarijn
- 1,5 l groente-
bouillon
- 250 ml mascarpone
- 1 el honing
- 1 el hazelnootolie
- Sap van 1 citroen
- Zeezout en zwarte
peper

Topping

- 1 tl hazelnootolie
- 1 el pompoenpitten,
geroosterd
- 1 tl eetbare
gedroogde
bloemen

Bereiding

Verdeel de pompoenblokjes over een braadslede. Giet de olijfolie eroverheen. Bestrooi met de cayennepeper, het harissapoeder en naar smaak zeezout en zwarte peper. Hussel goed door elkaar. Bak 40 min. in het midden van de oven tot de pompoen zacht en goudbruin is. Verhit de roomboter in een soeppan en fruit de knoflook en gember 2 min. op laag vuur. Voeg de ui toe en stoof 20 min. met het deksel op de pan. Roer de miso erdoorheen en leg de rozemarijn boven op het uienmengsel. Laat 5 min. stoven en roer af en toe. Giet de groentebouillon bij de ui en breng aan de kook. Voeg de pompoen uit de oven toe en laat op laag vuur 15 min. koken. Roer de mascarpone, honing, hazelnootolie en het citroensap door de soep en vis de takjes rozemarijn eruit. Pluk blaadjes die er nog aan zitten van de takjes, gooi de blaadjes terug in de soep en pureer met een staafmixer tot een mooi glad geheel. Breng op smaak met zeezout en zwarte peper. Serveer met per kom een paar druppels hazelnootolie, geroosterde pompoenpitten en gedroogde bloemen.

Soep-er classic met geroosterde cherrytomaten en basilicum

Voor 4 personen

- 1250 g rijpe cherrytomaten
- 5 el extra vergine olijfolie, plus extra voor in de pan
- 3 teentjes knoflook, gepureerd
- 1 rode ui, in halvemaantjes
- 2 el zwarte balsamicoazijn
- 1 tl kristalsuiker
- 400 g tomatenblokjes, uit blik
- 6 takjes basilicum, alleen de blaadjes
- Zeezout, zwarte peper en cayennepeper

Topping

- 2 el zure room
- Handje tuinkers
- Scheutje extra vergine olijfolie
- Zwarte peper

Bereiding

Schep de cherrytomaten in de braadslede en besprenkel ze met de extra vergine olijfolie. Schep de knoflook door de cherrytomaten, maal er zeezout en zwarte peper over

en bestrooi naar smaak met cayennepeper (1/4 theelepel zou ruim voldoende moeten zijn). Hussel alles goed door elkaar met een spatel en schuif de braadslede 1 uur de oven in. Verhit in een soeppan een ruime hoeveelheid olijfolie. Voeg de ui toe, leg het deksel op de pan en laat de ui 10 tot 15 min. op laag vuur smoren. Roer af en toe door om aankoeken te voorkomen. Voeg als de ui helemaal zacht en glazig is de balsamicoazijn en kristalsuiker toe. Roer door en leg het deksel terug op de pan. Zet na 15 min. het vuur helemaal uit en doe de tomatenblokjes en basilicumblaadjes erbij. Voeg de cherrytomaten uit de oven, inclusief het vocht, toe aan de pan met het tomaten-uimengsel. Pas op, want de cherrytomaten zijn gloeiend heet! Roer voorzichtig door en blend met een staafmixer tot een gladde soep. Breng de soep op smaak met eventueel extra zeezout, zwarte peper, cayennepeper, suiker of balsamicoazijn. Het moet een perfecte balans zijn tussen zoet en zuur, met aan het einde een klein pitje van de cayennepeper. Serveer met per kom een halve eetlepel zure room en wat plukjes tuinkers. Besprenkel met extra vergine olijfolie en maal er wat zwarte peper overheen. ✿



Soep-er. Soep uit alle uithoeken van de wereld voor elke dag van het jaar, Janine de Roode.
ISBN 9789089899576, Uitgeverij Terra.

Buitenleven mag twee boeken weggeven!
Ga vóór 7 maart 2024 naar
buitenleven.nl/winnen en vul je gegevens in.

WIN





Tuin als slaapkamer

Buiten eten. Buiten sporten. Buiten leven. Maar wat dacht je van buiten slapen? In een tent, onder een afdak of onder de blote sterrenhemel. Weer of geen weer. Niet omdat het moet, maar omdat het kan. *Buitenleven* zocht en vond de heilzame werking van slapen in de buitenlucht.

TEKST EVELIEN BOUTSEN FOTO'S SHUTTERSTOCK.COM

In de zomer, als de temperatuur ook na zonsondergang aangenaam is en we op vakantie zijn, doen we niets liever dan kamperen. Een tentje opzetten op een camping of een natuurkampeerterrein. Met tsjilpende vogels als wekker. Of de opkomende zon, als je tent niet zo verduisterend is als beloofd. Hoewel dat een nadeel lijkt, is het dat niet want gewekt worden door de eerste zonnestralen van de dag is juist goed. Leven op het ritme van de natuur is ook wat onze verre voorouders deden. Zij hadden geen uurwerken om de tijd van af te lezen, zij keken naar de stand van de zon of de sterrenhemel. Later kwamen er de zonnewijzer, de slingerklok, het kwartshorloge enzovoort. Tegenwoordig volgen we de tijd die onze smartphone of smartwatch aangeeft. En toch zou het ritme van de natuur volgen zoveel beter zijn. Al is dat uiteraard makkelijker gezegd dan gedaan voor de moderne mens die vaste werkuren heeft en tijdig op afspraken verwacht wordt. De luxe om op het ritme van de natuur te leven – opstaan bij zonsopkomst en gaan slapen bij zonsondergang – is dus met andere woorden verloren gegaan.





Amper tijd buiten

Daar komt nog bij dat we het overgrote deel van de dag binnen spenderen. Haal je maar eens een doorsnee dag voor de geest: je ontwaakt in je slaapkamer vanwaar je naar de badkamer loopt voor je ochtendritueel, gevolgd door een ontbijt in de keuken. Dan neem je hoogstwaarschijnlijk de auto of het OV naar werk of studie, waar je de hele dag doet wat je moet doen, om vervolgens dezelfde weg in omgekeerde richting af te leggen. Eenmaal thuis bereid je in de keuken je avondmaal, dat je wellicht binnen opeet om tot slot oftewel op de bank neer te ploffen, oftewel te gaan sporten in de sportschool. De dag eindigen doe je in het comfort en de warmte van je bed. En buiten? Daar ben je niet geweest.

Waarom buiten slapen goed voor je is

- Betere luchtkwaliteit, wat lichaam en geest helpt om optimaal te functioneren
- Slaap-waakritme is in balans door natuurlijk licht
- Minder afleiding en stress, meer innerlijke rust
- Buitenlucht geef je meer zin om te bewegen, wat je gezondheid positief beïnvloedt





De ideale buitenslaapplek

Om het positieve effect van buiten slapen en ontwaken met de zon te ervaren, is het van belang een goede buitenslaapplek te kiezen. Enkele mogelijkheden:

- Een niet-verduisterende tent in de tuin
- Een buitenbed op het terras
- Een slaapmatje op het gras
- Een bed onder een afdak

Betere luchtkwaliteit

Het besef dat buiten zijn goed is, dringt alsmaar meer door. Dat leidt tot een dagelijkse wandeling, een sportsessie in de buitenlucht of de fiets als vervoersmiddel. Wat als je dit er nog aan toevoegt: buiten slapen. Veel onderzoek is er nog niet naar verricht, maar psychologe en slaapexpert Annelies Smolders vertelt op goedgevoel.be dat ze ervaart dat veel mensen beter slapen in de buitenlucht. “De luchtkwaliteit is er beter dan binnen. Bovendien is de kans kleiner dat je voor het slapen gaan aan een scherm gekluisterd zit.” Het blauwe licht dat bijvoorbeeld telefoons en tablets uitstralen, zorgt ervoor dat de productie van het slaaphormoon melatonine afgebroken wordt. Het hormoon is echter belangrijk voor een goede werking van je biologische klok en bijgevolg een goede nachtrust.

Doorzetten

De eerste nacht buiten is leuk, spannend en nieuw. Maar hoe zet je jezelf ertoe aan om je slaapkamer een hele week, een heel seizoen of zelfs een heel jaar in te ruilen voor de tuin? Het antwoord is eenvoudig: door het gewoon te doen. Pas je slaapplek en -uitrusting aan het weer aan en creëer een gezellige slaapomgeving waarin jij je veilig voelt.





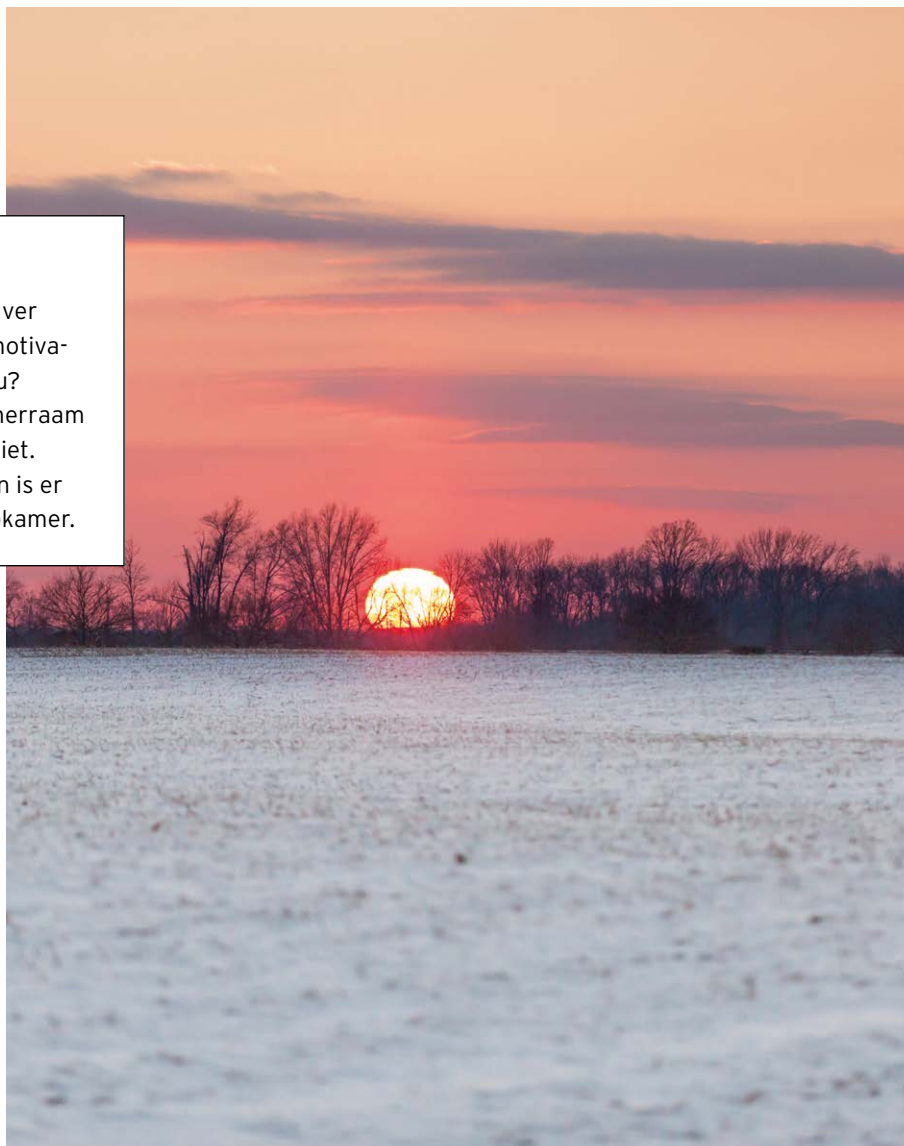
Ochtend- en avondmensen

“Er zijn natuurlijk ook mensen die niet lekker slapen buiten. Zij horen dan plots hoeveel vogels er ‘s nachts in hun tuin zitten of missen de luxe van hun slaapkamer.” Annelies voegt eraan toe dat deze mensen vaak ook op vakantie niet goed slapen. Daarnaast maakt ze een onderscheid tussen ochtend- en avondmensen. “Ochtendtypes warmen ‘s ochtends letterlijk vroeger op dan avondtypes, waardoor ze sneller van een vaste slaap in een lichte slaap terechtkomen. Wanneer zij in de vroege uurtjes gewekt worden door natuurlijk daglicht, raken ze niet meer in slaap. Vandaar dat zij het vaak moeilijker hebben om buiten te slapen.”



Alternatief

Is buiten slapen een stap te ver voor jou? Of ontbreekt de motivatie bij regenweer of vrieskou? Slaap dan met het slaapkamerraam open en sluit de gordijnen niet. Zo kan de zon jou wekken en is er altijd frisse lucht in de slaapkamer.



Voldoende slapen

Wat buiten slapen ook kan vermoeilijken: het Nederlandse klimaat. Vooral in de herfst en de winter. Vóór het slapen een buienradar checken, een goede slaapzak gebruiken en een droge slaapplek uitkiezen, zijn dan ook onontbeerlijk voor de Nederlandse buiten-slaper. Je wilt namelijk goed slapen. Slaap vormt immers – naast gezonde voeding en voldoende lichaamsbeweging – de derde pijler van een goede gezondheid. Het is daarom belangrijk dat je ook buiten genoeg slaap krijgt. Dat is 's zomers makkelijker gezegd dan gedaan, met de zon die laat ondergaat en vroeg opkomt. Al zorgt natuurlijk licht in de ochtend er wel voor dat je slaap-waakritme in balans blijft. Breng je meteen na het ontwaken tijd buiten door, dan piekt de aanmaak van cortisol waardoor je je wakker en alert voelt. Dat kun je bereiken door je tuin als slaapkamer te gebruiken, maar net zo goed ook door zodra je wakker bent meteen naar buiten te gaan voor jouw dosis ochtendlicht. ✿

NIEUW

2 jaar tuinontwerpinspiratie nu gebundeld!



€ 5,-

Download nu voor maar €5

Buitenleven.nl/ebooks2024



Groene vingers

WORKSHOPS | TUINAGENDA | TIPS

TEKST MIRJAM ENZERINK

Winterbloeiers

Ook als de tuin in winterslaap is, kun je nog voor verrassingen zorgen in de border. Zo zijn er tal van winterbloeiers die goed gedijen in ons klimaat. Van bodembedekkende kleine knolletjes als winterakoniet en cyclaam tot uitbundig bloeiende toverhazelaars en exotische Japanse rozen. Met hun felgekleurde bloemen zorgen ze voor vrolijkheid in de grauweste tijd van het jaar. Veel winterbloeiers verspreiden bovendien een verrukkelijke geur, zoals winterjasmijn en het meloen-boompje. Plant ze dicht bij je deur of raam, zo kun je er dubbel van genieten.

FOTO IVERDE



1. Struikkamperfoelie *Lonicera × purpusii* 'Winter Beauty' geeft heerlijk geurende witte bloemen vanaf december.
2. Het is een van de eerste knolletjes die bloeien in de winterborder: *Cyclamen coum*.
3. De bloem van meloenboompje (*Chimonanthus praecox*) ruikt zoet als honingmeloen.
4. Elke winterdag bloeit er wel een andere Japanse roos (*Camellia japonica*) uitbundig.
5. Lange trosjes met grijsgroene katjes sieren de wintergroene struik *Garrya elliptica*.
6. Toverhazelaar *Hamamelis intermedia* 'Aphrodite' bloeit oranje.
7. De bloemen van winterjasmijn (*Jasminum nudiflorum*) zijn zonnig geel.
8. Winteriris (*Iris unguicularis*) is met zijn blauwtint een opvallende verschijning in de kale winterborder.
9. Vleesbes (*Sarcococca*) ouderwets? Wij vinden van niet. Hij is prachtig wintergroen en bloeit met geurende witte trosjes.



Workshops

PLUKKEN EN BEDRUKKEN

Wanneer: op afspraak

Waar: Grafisch Atelier, Den Bosch of een eigen locatie

Kosten: € 110 p.p. incl. materialen en koffie/thee

Meer info: roosterra.nl

Beeldend kunstenaar Roos Terra laat je zien hoe je de natuur kunt gebruiken als stempel. Eerst ga je op pad met Wandelooft-expert Geertje Jansen, die je leert over de natuur en cultuur van planten in de stad. Je plukt zelf je eigen printmateriaal en gaat daar in Roos' atelier mee aan de slag. Je drukt de planten en bladeren op en in het papier, met en zonder inkt. De prenten hebben door hun detaillering een fotografisch karakter. De workshop (3,5 uur) is uit te breiden met onder meer een lunch/borrel met wildplukhapjes en een wildplukkookworkshop.



SEIZOENSBORDER ONTWERPEN

Wanneer: o.a. op 5, 14 en 21 maart 2024

Waar: Botanische Tuinen, Utrecht

Kosten: € 145 incl. materialen, koffie/thee met gebak en een vegetarische lunch

Meer info: tuinworkshop.nl

In deze workshop leert hovenier Miranda Spaan je hoe je borders maakt die in meerdere seizoenen mooi zijn. Ontdek hoe je goede combinaties maakt van vroege bloeiers, zomerbloeiers en laatbloeiers. Onder begeleiding ga je aan de slag met een beplantingsplan voor een border in je eigen tuin die je thuis verder kunt uitwerken. Geschikt voor beginners én tuinliefhebbers met wat meer plantenkennis. Van 10 tot 16 uur.

Er fladderden 15.775 winterkoninkjes rond tijdens de Nationale Tuinvogeltelling vorig jaar. Tel je dit jaar mee op 27, 28 en 29 januari? tuinvogeltelling.nl

PLUKBLOEMEN ZAAIEN

Wanneer: elk moment

Waar: online zaaiworkshop

Kosten: € 74

Meer info: plukjebloemen.nl

Droom je van je eigen pluktuin, maar ben je nog een groentje? Dan is de digitale workshop pluktuinontwerp een goede start. In tien lessen leer je van pluktuinexpert Marjolein Lanfermeijer onder meer een pluktuin indelen, zaaien, verspenen en verzorgen. Aan de hand van honderd digitale bloemenkaarten leer je bovendien de mooiste soorten voor duurzame boeketten herkennen. Vragen kun je tijdens de workshop stellen via de chat.



TUINAGENDA

DE HOUTSTEK

25 FEB & 3 MRT |

In ecologische tuin De Houtstek in Blijham kleurt het al vroeg in het jaar wit van de sneeuw-klokjes. Samen met andere biologische stinzenplanten zijn ze aangeplant in natuurlijk golvende borders en een bostuin. Op 17 maart vieren ze Krokuszondag. dehoutstek.blogspot.com



TIP

De Houtstek maakt deel uit van een route langs in totaal vier vroegbloeiende (sneeuw-klokjes)tuinen in Groningen.

BETOVEREND MOOI

5 JAN-29 FEB | Bij Arboretum Kalmthout vind je de grootste én oudste verzameling *Hamamelis* ter wereld. Laat je betoveren door de toverhazelaar tijdens een route door dit beroemde Belgische park. Onderweg tref je nog veel meer winterbloeiers, waaronder winterzoet, sneeuwbal, winterjasmijn en helleborus. Elke dag om 14 uur start er een rondleiding. arboretumkalmthout.be



GROEN VAN HIER

T/M 2 FEB | In de expositie Groen van Hier in het Boskoopse Boomkwekerij-museum kun je de tekeningen en aquarellen bewonderen van botanisch tekenaar en docent Eline Hoogendijk. Voor deze expositie liet ze zich inspireren door de planten die in en rond Boskoop groeien óf te vinden zijn op de historische kwekerij van het museum. Ook kun je werk van haar cursisten bekijken. boomkwekerijmuseum.nl

SNEEUWKLOKJESFEEST

27 JAN of 8, 9, 10 FEB | Is het een zachte winter, dan kun je op 27 januari al volop genieten van de sneeuw-klokjes in de borders van Kwekerij De Boschhoeve in Wolfheze. Het jaarlijkse sneeuw-klokjes-feest is twee weken later, traditiegetrouw de opening van een nieuw tuinjaar op de kwekerij. Er zijn dan gespecialiseerde kwekers aanwezig, maar je kunt ook dahliaknollen kopen, bijzondere clematis-sen, botanische tulpjes en pioenrozen. boschhoeve.nl



HELLEBORUS DAGEN

MAART | Elke vrijdag en zaterdag in maart kun je in De Stekkentuin in Espel de kleurrijke verzameling helleborussen van Wies Voesten bewonderen. Afhankelijk van de temperatuur staan de meeste van de 300 soorten dan in volle bloei. Zo zijn er fraaie gevlamde bloemen, gespikkelde, dubbelbloemige én annemoonbloemige variëteiten. Er is dan ook een leuke collectie te koop. destekkentuin.nl

5x nieuwe moestuinplannen

TIP

Bij de (gespecialiseerde) boomkweker doe je in deze periode volop inspiratie op voor winterbloeiende heesters en bomen.

Een grijze winterdag is het perfecte moment voor het voorbereiden van nieuwe moestuinplannen. Met deze vijf tips kun je aan de slag met het maken van een teeltplan.

1. Om een tekort of overschot te voorkomen, maak je het best een gedetailleerd teeltplan. Plan meerdere zaaimomenten in van gewassen die je niet wilt missen, zoals sla en komkommer. Zorg dat hier eventueel wat extra ruimte voor beschikbaar is. Varieer daarnaast met vroege, middelvroege en late rassen van bijvoorbeeld aardappel en bonen om de oogstmomenten te spreiden.
2. Voorkom dat hoge gewassen als bonen en

maïs een schaduw werpen over de lagere gewassen. Bepaal dus eerst de stand van de zon voordat je nieuwe bedden gaat inkleuren.

3. Vruchtwisseling is de rode draad van een gezonde moestuin. Als je de regels respecteert, is de kans op (familiegereleerde) ziekten en plagen het laagst en de kans op een goede opbrengst het hoogst. Wil je combinatie teelt toepassen, zorg er dan voor dat de mestbehoefte van de verschillende gewassen gelijk is. De vuistregels lees je bijvoorbeeld op velt.nu.
4. Inventariseer welke groenten het goed doen op jouw grond. Probeer hiervan eens enkele



onbekende cultivars uit. Nieuwe smaken, andere vormen en verrassende kleuren vergroten de uitdaging, je smakenpalet én het moestuinplezier.

5. Moestuinier je nog op de traditionele manier (spitten en bemesten) en sta je open voor vernieuwing? Houd dan een stukje vrij om het

no-dig-principe uit te proberen. In de winter kun je vast een bekisting maken voor dit nieuwe moestuinbed van bijvoorbeeld houten planken, stoeptegels of wilgentenen. Dek de grond af met karton en breng een mulchlaag aan met daarop (onbemeste) tuinaarde.

Aardbeiboom (*Arbutus unedo*) krijgt in de winter verrassende eetbare vruchten die op aardbeien lijken

ORANJE BOVEN

Dol op de vurige bessen maar niet op de doorns van vuurdoorn? Dan is de nieuwe *Pyracantha* 'Orange Star' een mooi alternatief. De heester is wintergroen, geeft grote oranje bessen en ontwikkelt geen doorns. Niet voor niets won deze Nederlandse vondst een bronzen medaille tijdens een vakbeurs afgelopen najaar. 'Orange Star' bloeit in juni met witte bloemetjes op tweejarig hout, waarna de bessen volgen. Fijn voor bijen én vogels dus. De heester wordt twee meter hoog en circa een meter breed. Onder meer verkrijgbaar via directplant.nl.



Dé Oer Hollandse schutting

Wilgen zijn een oer-Hollands product. De wilg is een iconische boom. Wilgentenen schuttingen hebben een natuurlijke uitstraling. Ze zijn een sieraad voor uw tuin.



- › Duurzaam
- › Ervaar het Ambacht
- › Oer Hollandse uitstraling
- › In Nederland geproduceerd
- › Ambachtelijk en natuurlijk product
- › Zelf plaatsen of door Van Aalsburg
- › Voor hoveniers en architecten



**Vraag de brochure aan op
wilgentenenschuttingen.nl**

0418 581 229

info@vanaalsburgbv.nl

Selectie

BOEKEN | FILMS | TV | THEATER | MUZIEK | KUNST

TEKST MARGOT EGGENHUIZEN



Gerecyclede keramiek

Keramiekmuseum Princessehof in Leeuwarden gaat voor duurzaam in de tentoonstellingstrilogie Sustainable Ceramics. Deel 1 draait om recycleren, repareren en reactiveren en dat levert verrassingen op. Van een mozaïek van historische scherven tot een experiment met een bacteriecultuur die bakken in een energieslurpende oven overbodig maakt. **T/m 3 november 2024**, princessehof.nl



FOTO MAËL HENAFF

Statige stadswandeling

Een stadswandeling door Apeldoorn is er een met onderweg veel natuur, historie en een koninklijk tintje. Zeker als je de nieuwe audiotour Groen & Royaal (5 km) volgt, met een vleugje Veluwe én hotspots van de Oranjes. De route en achtergrondinfo vind je in de Apeldoorn Stories-app. apeldoornstories.nl



Vega(n) challenge

Hoe je je goede voornemens wél volhoudt? De app Veggie Challenge is onmisbaar als je in 2024 plantaardig(er) wilt gaan eten. Je kunt in de app recepten vinden, een weekmenu samenstellen en zien welke impact je maakt. In 30 dagen bespaar je tot wel 36.000 liter water, 36 kilo CO₂ en twee dierenlevens! veggiechallenge.nl



BOEK: Speurboek

Een ommetje door de stad of een woonwijk wordt voor kinderen nog leuker als ze onderweg precies weten wat ze zien. Daarom maakte de Hortus botanicus Leiden *Stadsnatuur op de stoep* voor kinderen van 6 t/m 12 jaar om stoepplantjes te herkennen, zelfs als ze ergens verstopt groeien. Er zitten ook zes spellen bij met botanische kaarten. € 19,95, knnvuitgeverij.nl



DOCU: Gerlach

Al ruim een halve eeuw boert de eigenwijze Gerlach onder de rook van Schiphol. Kleinschalig en met veel toewijding brengt hij bieten en graan groot, terwijl om hem heen distributiecentra verrijzen en projectontwikkelaars op zijn land azen. Vanuit zijn houten huisje, en met een flinke dosis relativerende humor, trotseert Gerlach alle uitdagingen. Nu in de filmtheaters. cinedeli.nl



BOEK: Vogelwoordenboek

Van alula (duimvleugeltje) en jizz (de unieke fysieke kenmerken van een vogel waardoor je meteen ziet om welke soort het gaat) tot afvinken en kwinkeleren: vogelaar Toine Andernach bundelt in dit boek bijzonder vogelvocabulaire. *Het mooie vogelwoordenboek* is daarmee niet alleen leuk voor vogelliefhebbers, maar ook voor taalfanaten. € 19,90, noordboek.nl

Interview

“Moestuiniëren in de gevangenis”

Mensen in detentie kunnen wel wat groen in hun leven gebruiken, bedacht Plantje voor Morgen. Deze stichting biedt in de Zwolse gevangenis programma's aan voor duurzaam tuinieren en koken. Teamlid Maud Vegelin vertelt hoe de workshops iemands leven voorgoed kunnen veranderen.

Hoe is het idee voor Plantje voor Morgen ontstaan?

“De vier oprichters zaten bij elkaar in de Duurzame Werkgroep van de Nationale Jeugdraad. Er werd nagedacht over omgevingen die nog helemaal niet groen zijn en daaruit kwam de gevangenis naar voren. Op welke manier zou duurzaamheid naar gevangenissen kunnen worden gebracht? Uit die vraag is drie jaar geleden Plantje voor Morgen ontstaan.”

Wat doen jullie precies?

“We bieden mensen in detentie programma's aan rond duurzaam tuinieren en koken. Deelname aan de workshops is vrijwillig, maar we merken dat er veel belangstelling voor is. Sommigen missen hun eigen tuin heel erg, voor andere deelnemers zijn deze onderwerpen nieuw.”



Hoe zijn de reacties?

“Allemaal positief. Mensen geven aan dat ze het superfijn vinden om buiten te zijn en met hun handen in de aarde te zitten. Gevangenismedewerkers zien het ook, ze vertellen ons: ‘De deelnemers leven echt op. In het koken kunnen ze iets van zichzelf stoppen, ze voelen zich meer mens.’ Dat is mooi om terug te horen.”

Zijn er bepaalde planten of groenten extra populair in de gevangenis?

“Sowieso kruiden. Vaak worden er standaardmaaltijden geserveerd en verse kruiden maken die veel smaakvoller. We letten er ook goed op dat er een heel divers aanbod in de moestuin is. Aubergines, ui, knoflook: hier kunnen de deelnemers zelf veel verschillende soorten gerechten mee maken.”

Kun je in de gevangenis zomaar aan de slag met een moestuin of kookworkshop?

“Nee, we moeten inderdaad van tevoren over alles goed nadenken en overleggen met de gevangenisdirectie. Als er een betonnen tuin is, hoe kunnen we dan toch een moestuin aanleggen? Bij tuingereedschap moeten we goed opletten hoe het in elkaar zit. En bij de fermentatieworkshop die we laatst



gaven, moesten we even checken of dat wel in glazen potten mocht. Dat kon gelukkig gewoon.”

Hebben de deelnemers er ook iets aan ná hun tijd in de gevangenis?

“Ja, dat is ook een van onze doelen. De workshops zetten veel mensen aan het denken: waarom leven we eigenlijk op de manier waarop we dat nu doen? Het is fijn om te zien dat we met zoiets simpels – tuinieren en koken – hun blik op de wereld en de relatie tussen mens en natuur kunnen veranderen. Dat geeft hoop voor hun leven na detentie. We zouden het geweldig vinden als de deelnemers re-integreren op een duurzame manier, en iets bijdragen aan de wereld en anderen.”

Hebben jullie al zicht op resultaten?

“Er zijn nog geen onderzoeken gedaan, maar de reacties zijn heel erg positief. Als je kijkt naar de recidivecijfers, dus dat mensen met een detentieverleden terugvallen in de criminaliteit, dan zijn die cijfers nu in Nederland veel hoger dan in bijvoorbeeld Noorwegen. Daar wordt al veel meer gebruikgemaakt van groen in gevangenissen, het draait daar meer om humane detentie. Ons programma kan daar een steentje aan bijdragen in Nederland.”

Plantje voor Morgen wil graag uitbreiden naar andere gevangenissen en de programma's aanvullen met nog meer [groene] workshops. Zelf iets doen? Houd de website plantjevoormorgen.nl in de gaten voor [vrijwilligers]vacatures.

Selectie

BOEKEN | FILMS | TV | THEATER | MUZIEK | KUNST



Schilderen met data

De natuur en geavanceerde technologie komen samen in het werk van de Turkse kunstenaar Refik Anadol. Met kunstmatige intelligentie en algoritmen creëert hij 'dataschilderijen'. Niet te geloven dat ze zijn gemaakt door miljoenen afbeeldingen en gegevens van landschappen te combineren! **Tot 1 april 2024** te zien in de Kunsthal Rotterdam. kunsthal.nl

Een betere wereld

Haar bevlogen inzet voor chimpansees en de natuur is iedereen bekend. Daarom kijken we uit naar de grootbeeldfilm *Jane Goodall: Reasons for Hope*. De Britse biologe biedt met drie initiatieven van jonge mensen inspiratie hoe we in actie kunnen komen voor een betere wereld. Met bijbehorende fototentoonstelling. **Vanaf 8 februari 2024** in Museon Omnisversum in Den Haag. museon-omnisversum.nl



WIN

Buitenleven mag 3x2 tickets voor de film en fototentoonstelling weggeven! Ga vóór 7 maart 2024 naar buitenleven.nl/winnen en vul je gegevens in.



Traag tomatenzaad

'Ik heb traag tomatenzaad', valt cabaretière Nathalie Baartman in een van haar columns met de deur in huis. In haar bundel *En dat noemen ze dan vooruitgang* lees je over tuinieren, douchen met vogels, een blad-blazende overbuurman, hertenkampjes en stiekem stokrooszaad strooien in grindtuinen. € 15,99, terralannoo.nl

Mens & dier

Een politieagente gaat op zoek naar het perfecte politiepaard en verandert langzaam in het dier dat ze zoekt. Dit videokunstwerk, *Beast and Feast*, vormt in het Haarlemse Frans Hals Museum de basis van de expo Koortsdroom, over de versmelting van mens en dier. Zo zijn er ook fantasierijke sculpturen en een maatschappij-kritische vliegende olifant. **T/m 3 maart 2024**, franshalsmuseum.nl



Sokken verven met bieten en kurkuma. Of een lampenkap maken met garen en sashiko, een Japanse techniek met stikselpatronen. Het TextielMuseum in Tilburg heeft leuke gratis online workshops voor thuis. textielmuseum.nl



FOTO ANJA BEUTLER

Overwoekerd

Een bijzonder gezicht: een schouwburgzaal die is overwoekerd door natuur. De voorstelling *Atmen* neemt je mee naar het jaar 2200, waarin de planeet eindelijk weer op adem komt. Tussen bacteriën, flora, fauna en glimmende schimmels duiken dansende wezens op, hoor je natuurliedertjes en zie je hoe driedimensionale natuurbeelden de zaal overnemen. **T/m 22 mei 2024** in diverse theaters, nicolebeutlerprojects.nl

Rotterdam is van
31 januari t/m 4 februari 2024 één
groot kunstmuseum. Op veel
verschillende locaties in de stad, ook
buiten, vind je tijdens de Rotterdam Art
Week tentoonstellingen, een kunstbeurs,
pop-upshows en open ateliers.
rotterdamartweek.com

Met een boodschap

De dromerige kunstwerken van Kinke Kooi zijn niet zo lichtvoetig als ze lijken. Tussen de bloemen, parels, insecten, aardbeities, schelpen en organische vormen zit altijd een (maatschappelijke) boodschap verstopt. Voor haar oeuvre ontving ze onlangs een Friese kunstprijs en **t/m 30 maart 2024** zie je haar tekeningen en schilderijen in het Fries Museum in Leeuwarden. friesmuseum.nl



FOTO LOEK BLONK

Apothekerslandschap

Wat hebben dieren nodig om gezond te blijven of te worden? Kunstenaar Stefan Cools en landschapontwerper Sandra van den Beuken laten in de expo *The Animal Farmacy* zien hoe het landschap een apotheek is voor dieren: koeien eten bijvoorbeeld instinctief weegbree om maagpijn te verlichten. **T/m 4 februari 2024** in Museum Jan Cunen in Oss. museumjancunen.nl

De weken van geduld



Ankie Lok

Ankie Lok is freelance journalist en redacteur. Ze is verhuisd naar een huis met tuin in Rotterdam. Tegels eruit, verse grond erin en tuinieren maar. Hoe krijg je de balans tussen eenjarige bloeiers en meerjarige en vaste planten? Wat werkt, wat niet? Over die ontdekkings-tocht houdt ze dit tuinjournaal bij.

De winter draait uit op voorbarige bloemknoppen en verzopen bollen. Maar er is hoop.

TEKST ANKIE LOK

Soms moet je lang kijken om iets te zien. Dat geldt zeker voor de tuin in het laagseizoen. Berijpte takken, dorre bladeren op de grond, en dan, heel even, een koolmees in de kale berk. De winter heet ook wel oneerbiedig een dood jaargetijde: de natuur staat stil en houdt de adem in. Bovengronds tenminste, voor ons beperkte waarnemingsvermogen. Onder de grond heeft alles nog een traag kloppend hart: wortels, schimmeldraden, bollen. We moeten erop vertrouwen dat het goedkomt, dat alles weer zal opkomen en uitlopen. Maar hoe houd je het vertrouwen daarin? Ik vind dat nog niet zo makkelijk. Onze stadstuin ligt er bruin en kaal bij. De hortensia is gekortwiekt, de jonge struik ziet er sindsdien klein en kwetsbaar uit. Het hek waar de klimmende winde tegenop kroop, oogt leeg en verlaten. Hoe moet dit ooit weer wat worden?

Roos in de knop

Net als je er niet meer in gelooft, breekt er iets open, zoals wel vaker. En hoe. Tot mijn stomme verbazing zie ik dat een van de rozen in januari een knop heeft gemaakt. Ik weet eerst niet zo goed of ik trots moet zijn of dat ik me zorgen moet maken, over deze rozenstruik en ja, over het klimaat. Als ik er informatie over probeer op te zoeken, lees ik overal dat rozen in de zomer bloeien; snoeien doe je daarna en in maart. Nergens lees ik dat ze ook in de winter kunnen ontluiken, al klonk een paar weken geleden nog dat beroemde Duitse kerstlied – *Es ist ein Ros entsprungen*. Wat te doen met zo'n tere knop, hartje winter? Ik laat de roos voorlopig maar. Ze staat beschut, tegen de muur van het huis, al vrees ik toch dat deze knop nooit zal uitkomen. Het weer slaat om of de snoeischaar dringt zich op. Het weer, dat is ook zoiets in de eerste weken van het jaar. In onze gedachten is de winter vaak net een olieverschilderij. Verstild en vorstig, met een ekster op een houten hek boven de sneeuw, zoals Claude Monet het seizoen presenteert. In de Nederlandse werkelijkheid komt in januari de regen soms met bakken uit de lucht en zit je met een kleddernatte tuin. En dan maar hopen dat die sneeuwkllokjes nog willen opkomen.

Vroege bloeiers

Gelukkig, ontdekte ik, zijn sneeuwkllokjes nog redelijk bestand tegen zo'n regenachtige periode. Bloembollen houden niet van natte voeten – die wijsheid ken ik, maar in onze stadstuin met vers aangevoerde grond is nog niet helemaal duidelijk hoe nat of droog de bodem precies is en blijft. De dramatische regenval heeft vermoedelijk een ondergronds

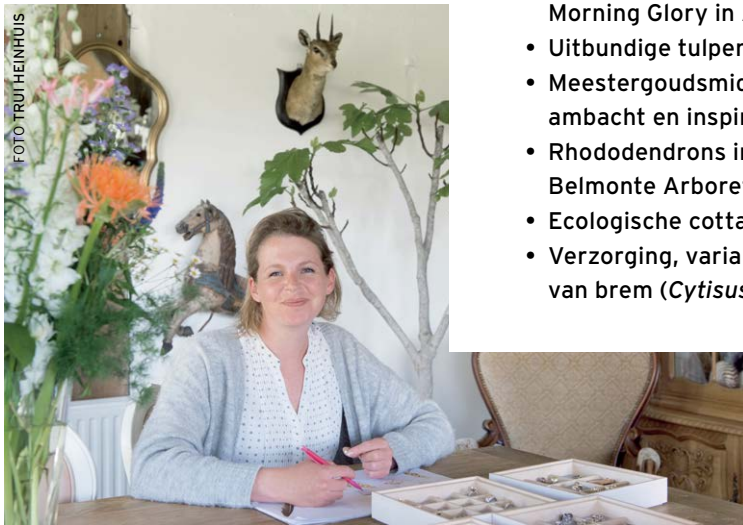
zwembad veroorzaakt. Er kwam een handjevol bollen op, en vooral de sneeuwkllokjes hebben me verbaasd. Het is zo'n algemeen bekende bol dat je hem voor kennisgeving aanneemt. Je vraagt je bijna af of je er moeite in moet steken voor een siertuin waarmee je enige originaliteit beoogt. Maar het is een klein en dapper gewas gebleken. Met hun fragiele naam en uiterlijk varen ze wel bij de nog donkere, koude en zelfs natte dagen. Heb vertrouwen en geduld, zeggen de sneeuwkllokjes, wij brengen het ondergrondse weer boven. Als eerste. Ik verheug me alvast op hun volgende fase: de verwildering. Na verloop van tijd groeien er kleine bolletjes op de hoofdbol, alsof er tovenarij in het spel is, en komen ze met velen. Worden ze op één plek al te talrijk, kun je ze makkelijk delen en verplanten, zodat je hele tuin vol komt te staan met sneeuwkllokjes. Meer vroege bloeiers beloven zo te vermeerderen: winterakoniet, kievitsbloemen en krokussen bijvoorbeeld. Zover zal het in onze tuin hopelijk ook komen, als het hemelwater zich een beetje inhoudt.

In de kas

Met het handjevol bollen komt de hoop dat het inderdaad wel weer wat wordt met de tuin, en met de hoop komt de zin om zelf ook weer iets te ondernemen. In de kas, want daar begint alles. Dat dacht ik tenminste. Maar ook daar is tuinieren een leerproces. Opkweken bijvoorbeeld lijkt zo makkelijk: je stopt zaadjes in de aarde en giet er een beetje water bij. Met een tray vol zaaipotjes kan niks misgaan, toch? Jawel. Je slaat zomaar een belangrijke stap over, ontdekte ik. Meteen beginnen met potjes is nogal een risico: lang niet alle zaadjes komen op – leeg potje – of er ontkiemen twee zaadjes – potje met een 'tweeling' en dus met ruimtegebrek. Beter werkte het om voor te zaaien in een grotere bak en de ontkiemde plantjes vervolgens elk naar een eigen potje over te hevelen, oftewel te verspenen. Had ik dit kunnen weten? Ongetwijfeld, als ik er van tevoren meer over gelezen had. Maar bij tuinieren gebruik ik soms liever mijn handen dan mijn hoofd. Bij sommige uitkomsten knaagde al een onderbuikgevoel. Over zinnia's valt te lezen dat ze niet graag worden verplant. Elders las ik geen bezwaren tegen voorzaaien in de kas. En inderdaad, ze kwamen netjes op. Op het voorgescreven moment, na IJsheiligen, gingen ze de volle grond in. Afwachten maar. Helaas gebeurde er weinig; slechts een enkeling besloot zijn reis voort te zetten. Het was het tweede experiment met zinnia's. De eerste keer waren de zaadjes meteen al de volle grond in gegaan. Resultaat: een weelderig bloemperk, oogverblindend, rozer dan de zuurstokken op de kermis. Ze wilden maar niet ophouden met bloeien. Wat ging er in het tweede jaar nou mis? Was het de verplanting, of gewoon het aanhoudend koude voorjaar dat ze na half mei alsnog genekt heeft? Dat is trouwens het lastige aan tuinieren: bijna altijd verandert er meer dan één omstandigheid, zodat je nooit precies kunt aanwijzen waar het aan gelegen heeft.

Hulp van de vogels

In de kas, vroeg in het jaar, moet ik gericht te werk gaan, denk ik. Niet alle soorten lijken de kas echt nodig te hebben om groot te worden. Neem de zonnebloemen. Ze groeiden fantastisch, allemaal, waar ze ook maar stonden en of ze nou uit de kas waren gekomen of meteen in de volle grond waren beland. Dat laatste gebeurde niet dankzij mijn eigen zaaivlijt, maar met hulp van de vogels. Van het zaad in het voederhuisje dat voor hen bestemd was, kwam een deel op de grond terecht. Daar zat ook zonnebloemzaad bij en dat hebben we geweten. Het voederhuisje hing dit jaar tussen de zonnebloemen. Deze stonden soms zelfs eerder in bloei dan hun opgekweekte zusjes. Voorzaaien en opkweken in de kas kost tijd en ruimte, die je niet voor andere dingen kunt benutten. Dingen zoals verzinnen hoe de tuin er 's winters nog wat fleuriger uit kan komen te zien. In een geveltuin verderop in de straat staat een winterkamperfoelie, die even wit bloeit als de sneeuwkllokjes en een zoete geur verspreidt die je meteen afleidt. Zo'n winterbloeier wil ik ook wel. Ik ga een mooi plekje uitzoeken. ❀



Volgende keer in *Buitenleven*

- Romantisch tuinontwerp met klassieke kas en magnifieke *Magnolia*
- Wandelen door volwassen kijktuin Klein Boskoop in Stroe
- Kleurrijke vaste planten bij kwekerij Morning Glory in Aalsmeer
- Uitbundige tulpenborders
- Meester-goudsmid Eva vertelt over haar ambacht en inspiratiebronnen
- Rhododendrons in alle kleuren in Belmonte Arboretum Wageningen
- Ecologische cottagetuin in Zeeland
- Verzorging, varianten en mooiste soorten van brem (*Cytisus*)

Geen nummer meer missen? Neem dan een abonnement vanaf € 7,95 per maand!
Kijk op www.buitenleven.nl/abonneer

Colofon

REDACTIE

Hoofdredactie Francine Polis **Eindredactie** Evelien Boutsen **Redactie** Evelien Boutsen, Roos Franssen, Francine Polis **Online** Roos Franssen, Sven Piekstra, Francine Polis **Mijn Stek** Roos Franssen **E-mail redactie** redactie@buitenleven.nl **Vormgeving** Angela van Eck, Marjanne Gielen, Fleur Heitling **Directeur Uitgever** Rob de Baar **PR & Marketing** Daniëlle Veraart, marketing@bcm.nl **Druk** PreVision, Eindhoven **Distributie** Betapress (Nederland) & AMP (België)

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE

Tekst Esther Derks, Margot Eggenhuizen, Mirjam Enzerink, Marjolein van der Gaag, Modeste Herwig, Corine Koolstra, Ankie Lok
Beeld Theo Bosboom, Marjolein van der Gaag, Trui Heinhuis, Modeste Herwig, Ankie Lok, Julia Orsel, Shutterstock.com, Staatsbosbeheer, Sietske de Vries
Coverfoto Trui Heinhuis
Inzet Shutterstock.com/AlekseyKarpenko

ABONNEMENTSPRIJZEN

Buitenleven verschijnt 8 keer per jaar plus 1 special. Een los nummer kost € 11,50. Of sluit een jaarabonnement af: Magazine + Online € 107,50, Magazine € 97,50, Online € 87,49. Magazineabonnees buiten Nederland krijgen portokosten doorberekend. Kijk voor actuele acties op Buitenleven.nl. Voor adreswijzigingen, vragen over betalingen en bezorging kun je contact opnemen met BCM abonnementenservice: abonnement@bcm.nl of 085 7600237 (lokaal tarief), dinsdag en vrijdag van 08.30-12.30 uur.

ABONNEMENT

Je kunt abonnee worden via abonnement@bcm.nl o.v.v. 'Buitenleven' of via www.buitenleven.nl/abonneren. Abonnementen kunnen twee maanden voor het einde van de abonnementsperiode schriftelijk worden opgezegd via abonnement@bcm.nl o.v.v. 'Buitenleven' of per post: BCM Media, Abonnementenservice, Postbus 1392, 5602 BJ Eindhoven.

ADVERTENTIES

Media accountmanager Henk Hoekman, 040 8447657 of 06 23906236, henk.hoekman@bcm.nl
Sales support Sia Eltink, 040 8447667, support@bcm.nl

COPYRIGHT

De uitgever kan op generlei wijze aansprakelijk worden gesteld voor eventueel geleden schade door vermeldingen in het blad. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of welke andere wijze dan ook zonder vooraf schriftelijke toestemming van de uitgever.

BCM MEDIA

BCM MEDIA
Postbus 1392
5602 BJ Eindhoven



Duurzaam

Hoogwaardig

**Gebruiks-
vriendelijk**

Ambachtelijk

DUTCH GARDEN®

Dealers

Scan de QR-code met de
camera van je telefoon.



HET TUINGEREEDSCHAP VAN 'TOEN'

GEREEDSCHAP NIET VOOR EVEN, MAAR VOOR LANGER DAN EEN LEVEN!

www.dutch-garden.nl



Hotel Boschrand Texel

Bij aankomst tussen 09 februari en 10 april 2024 (m.u.v. Pasen) bieden wij u ons 4-Daags Texel-Arrangement à €270,00 p.p. incl. onderstaande extra's.

- 3x Uitgebreid ontbijt en 3x een viergangenmenu
- 1x gebruik van sauna.
- 1 Dag gratis gebruik huurfiets incl. kaart van Texel.
- Gratis parkeren en gratis Wi-Fi.
- Wij betalen de totale kosten van de bootreis naar Texel aan u terug (retour, incl. auto).

**4 Overnachtingen € 360,- p.p. /
7 Overnachtingen € 630,- p.p.**

In de periode daarna is de prijs hetzelfde maar dan zonder vergoeding van de overtocht en zonder gebruik huurfiets.

Speciaal voor de lezers van Buitenleven bij aankomst koffie of thee met appelgebak.



HOTEL ★★★
BOSCHRAND
TEXEL



Hotel Boschrand | Bosrandweg 225 | 1796 NA De Koog - Texel
E-mail: info@hotelboschrand.nl | Telefoon: 0222 - 317 281 |

