

Editie november 2023

In deze nieuwsbrief:

- van de voorzitter
- 16 dec: Kerstbingo
- 16 dec: Kerstmarkt
- Signaalplanten - Heermoes
- Procedure in-, en uitschrijven
- Activiteitenkalender

Van de voorzitter

Hallo tuinders,

De afgelopen maand is er weer een hoop werk verzet op ons complex. De tuin aan de kleine parkeerplaats is aangeplant en doet het goed. Het afwateringsplan van de Tuincommissie werkt al zeer goed, en voert al veel water af.

Mooi te zien hoe iedereen hier enthousiast aan mee helpt.

Tuinen worden winter klaar gemaakt, nieuwe tuinders verwelkomt, en het gonst van de nieuwe ideeën van de bouwcommissie en activiteiten voor komende maand.

Zo staat er op 16 december onze eerste kerstmarkt en onze jaarlijkse bingo op de planning! Kijk verderop in deze nieuwsbrief voor de informatie daarover.

Maar voor dat het zover is, zijn alle leden uitgenodigd voor de extra ledenvergadering op 25 november a.s. ivm goedkeuring voor de invulling van de functies van secretaris en de ledenadministratie.

Mocht je op 25 november niet aanwezig kunnen zijn, dan mag je je stem ook digitaal als brief naar het secretariaat sturen. secretariaat@volkstuinders-apeldoorn.nl



Hopelijk tot snel bij een van de activiteiten of op de tuin.

Groet, Rik Huisken

Kerstbingo

Ook dit jaar organiseren we weer onze kerstbingo.

Op 16 december vanaf 19:00 is het clubhuis open en om 19:30

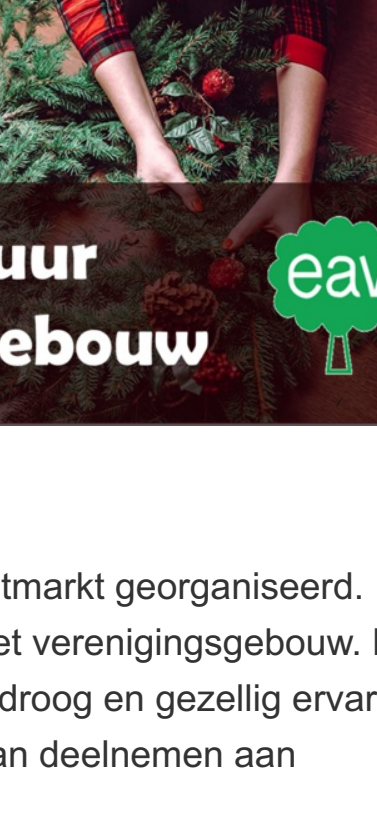
starten we met de eerste ronde.

Opgeven kan tot uiterlijk 2 december 2023 bij Dina Kruize

App: 06-12354383;

Mail: beheercommissie@volkstuinders-apeldoorn.nl

Schriftelijk: briefje in de brievenbus van het clubhuis



Graag het aantal personen vermelden, ivm beperkt aantal stoelen.

Kerstmarkt

Op 16 december 2023 van 10.00-16.00uur wordt de eerste EAV kerstmarkt georganiseerd. De kerstmarkt vindt plaats op het terrein van de EAV rondom en in het verenigingsgebouw. De kerstmarkt is volledig overdekt, dus we kunnen de kerstmarkt samen droog en gezellig ervaren. Er is van alles te zien en te doen voor jong en oud, waarbij je zelfs kan deelnemen aan verschillende workshops.

Marktkraampjes en lekkernijen

Wees welkom en vergaap je aan de kerstige koopwaren bij de diverse kraampjes en geniet van allerlei lekkernijen, warme koffie/thee, chocolademelk met slagroom, glühwein en meer...

Wil je een kraam?

De kraampjes worden onder andere door de EAV zelf gebruikt om spullen in te verkopen voor de vereniging, maar deze zijn er ook voor leden die eigen- of handgemaakte spullen of iets anders leuks & creatiefs willen verkopen. Je kunt een kraam boeken voor €10,-. Aanmelden en meer info via redactie@volkstuinders-apeldoorn.nl

Steun de EAV en haal je schuur of zolder leeg!

Heb je op zolder of in je schuur nog kerstspullen, kerstversiering, verlichting, tuingereedschap of andere goede spullen die je niet meer gebruikt, maar een tweede kans verdienen? Schenk ze dan aan de vereniging! Deze spullen worden dan tijdens de kerstmarkt op de EAV kraam te koop aangeboden. De opbrengst gaat naar de vereniging. Alle steun is welkom! Je kunt komende zaterdagden tussen 10.00-11.00uur bij de TOKO langs komen om de spullen te komen brengen. Alvast bedankt namens de vereniging!

Meer info en afstemming: Bart Vroklage 06 112 99 99 8

Kerstcreatie zelf maken?

Maak je eigen prachtige kerststukje(s) voor jezelf, vrienden of familie! Tijdens de Workshops **kerstcreaties maken** ga je aan de slag met prachtige bloemen, groenwerk, kerstballen,

kaarsen en allerlei sfeervolle accessoires. Over de dag heen worden 3 workshops gegeven:

1. Guirlande maken
2. Kerst Klok maken
3. Kerst Ring maken.

Per workshop maximaal 10 deelnemers. Kosten €15,- per workshop.

Wil je meedoen aan de workshop of wil je zelf ook een workshop willen geven?

Geef je dan op via redactie@volkstuinders-apeldoorn.nl en vraag naar de mogelijkheden!



Afsluitend

De kerstmarkt sluit om 16.00uur. Daarna zal de kantine omgetoverd worden om vanaf 19.30uur dienst te doen voor de kerstbingo. Het wordt dus een heuse volle en gezellige KERSTDAG en -AVOND.

Graag tot ziens op de EAV Kerstmarkt 2023 op 16 december tussen 10.00-16.00uur!

1001 signaalplanten

In deze nieuwe rubriek zullen we je meenemen in de wereld van **1001 signaalplanten**. De planten die ons soms dagelijks bezighouden in onze tuin. Veelal worden deze signaalplanten gezien als onkruid, maar feitelijk zijn dit de pioniersplanten van de eerste fase in de ecologische successie. De climaxfase van de ecologische successie is een bos; Wanneer je op een kale grond decennia niets zou doen, dan ontstaat er een bos. Dat is wat de natuur te allen tijde 'wil' bereiken. Maar meer daarover zal aan bod komen in een andere rubriek.

De artikelen zijn ook terug te lezen zijn op onze [website](#).

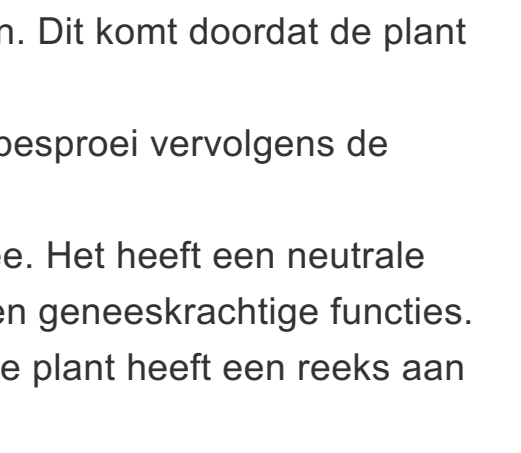
Als we kijken naar het zogenaamde onkruid, dan zien we dus in feite vaak een signaalplant. Een signaalplant die aangeeft hoe de bodem er voor staat en welke stoffen de grond soms teveel heeft, maar vaker juist mist. In het geval van (moes)tuinen is het veelal een bepaald mineraalttekort en behoeft de bodem specifieke stoffen. Het kan nuttig zijn om jaarlijks bodemtesten uit te voeren. Door de voedingswaarden van jouw bodem met regelmaat in beeld te brengen, weet je precies welke voedingsstoffen je tuin nodig heeft.

Aflevering 1 - Heermoes

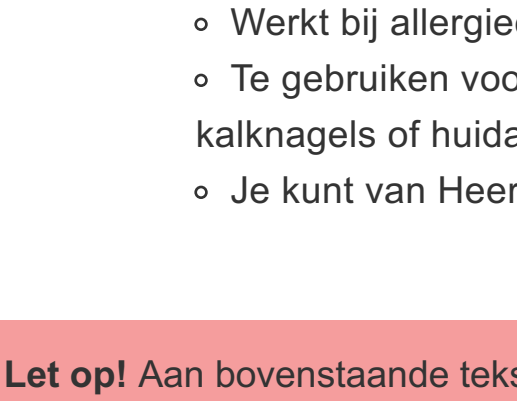
Heermoes is een plant uit de paardenstaartenfamilie en kent zo'n vijftien verschillende varianten, die ongeveer 40 centimeter hoog kan worden. Heermoes heeft vertakte stengels die recht omhoog groeien in een frisgroene kleur. De plant doet qua uiterlijk denken aan een kattenstaart of paardenstaart. Maar let op, heermoes is ongezoet voor katten, honden en paarden door de stof 'equizentine'. Konijnen smullen er juist **wel** weer van.

Signalering en nut

Heermoes signaleert een arme bodem en/of een mineraalttekort. Bij een gebrek aan mineralen-voeding groeien je planten daardoor minder goed in de tuin. Heermoes wortelt tot wel **6 meter** diep, omdat in de diepere lagen van de bodem vaak wel de juiste mineralen-voeding aanwezig is.



Onder andere door deze diepe worteling is er geen enkel bestrijdingsmiddel opgewassen tegen heermoes. Houdt de chemische middeltjes dus achter slot en grendel, want het gebruik ervan werkt averechts. Je beschadigt de bodem, terwijl heermoes zelf ongestoord blijft groeien.



Sterker nog, heermoes kan chemicaliën en giftige stoffen schadelijk maken door deze op te nemen en om te zetten in mineralen. Heermoes wordt zelfs ingezet om vervuilde grond te reinigen. Het is dus hierdoor alleen al een zeer nuttig kruid en tegelijkertijd haast onmogelijk om op korte termijn te verwijderen.

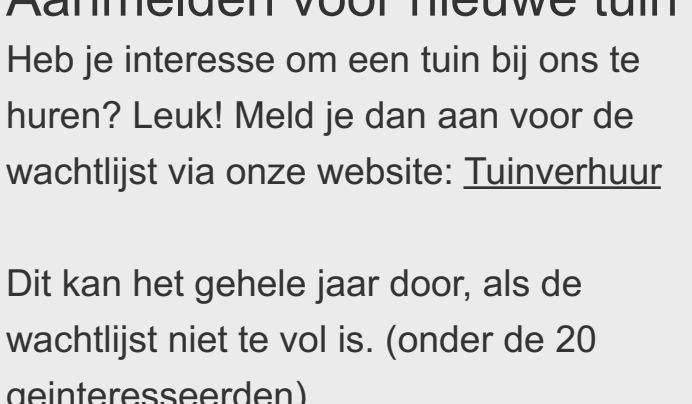
De meest effectieve manier om heermoes te 'bestrijden' is door de bodem te voorzien van een continue stroom van mineralen. Je kunt het beste de bodem verrijken met lavameel als je heermoes aantreft in je tuin. Lavameel versterkt de bodemstructuur door de toevoeging van organische stoffen en zorgt voor een luchtige, kruimelige bodem met een verbeterde waterhuishouding.

Door het toevoegen van lavameel verkrijg je dus (weer) een mineraalrijke bodem. Heermoes zal hierbij in de meeste gevallen mogelijk enkele jaren nodig hebben om ondergronds voorgoed te verdwijnen. Heermoes kun je altijd plukken en is zeer nuttig op de bodem als mulch en bodemverbeteraar.

Voordelen heermoes

- Heermoes kan gebruikt worden om schimmels te bestrijden. Dit komt doordat de plant veel zwavel en kiezelzuur bevat.
TIP: Gebruik heermoes door het te mengen met water en besproei vervolgens de aangetaste planten.
- Heermoes is consumeerbaar in de vorm van een kopje thee. Het heeft een neutrale smaak en je kunt het iedere dag drinken en heeft bovendien geneeskrachtige functies.
- Heermoes wordt sinds jaar en dag gebruikt als medicijn. De plant heeft een reeks aan geneeskrachtige werkingen;
 - Zit boordevol mineralen, waaronder silicium, de stof die ook in ons kraakbeen zit. Het heeft dus ook een gunstig effect op ons skelet.
 - Heermoes(thee heeft een ontgiftende en bloedzuiverende werking en helpt tegen verschillende kwalijtjes,
 - Ondersteunt je nieren, botten, gewrichten en spieren.
 - Heermoes(thee) maakt je huid, (splijtende) haren of haaruitval en (brosse) nagels gezonder en is weerstand verhogend.
 - Werkt bij allergieën, zoals hooikoorts.
 - Te gebruiken voor uitwendige symptomen zoals (zwemmers)exceem, kalknagels of huidaandoeningen.
 - Je kunt van Heermoes een kompres of zalf maken.

Let op! Aan bovenstaande tekst kunnen geen rechten ontleend worden. Gebruik is op eigen risico. Raadpleeg bij klachten alvorens gebruik een natuur- of geneeskundige.



Gebruik

- Droog de heermoes een aantal dagen in huis.
- Kook heermoes minimaal 5 minuten om de maximale inhoudsstoffen uit de plant in het drinkbare kookwater te krijgen. Voor je huid kun je een paar kopjes sterke thee toevoegen aan je badwater.

Samengevat

Wanneer je heermoes in je tuin aantreft, dan is dat een signaal van mineralentekort in de bodem. Daar kun je actie op ondernemen door je bodem te verrijken met kiezel(zuur). Dit kan bijvoorbeeld met lavameel. Heermoes is tevens een geneeskrachtig kruid. Dus trek er thee van en proost op je gezondheid!

Afsluitend een kijk TIP

Andrea Bleeker ODE AAN DE HEERMOES - Les 1- Kruidengeheimen

<https://www.youtube.com/watch?v=5tg7s0NEimI>

Met dank aan de foto's van Andrea Bleeker

Lees op de website meer over de heermoes, hoe herken je de plant en zie je het verschil tussen de giftige en veilige variant!

Procedure in-, en uitschrijven

Neem bij vragen contact op met het secretariaat via: secretariaat@volkstuinders-apeldoorn.nl

Aanmelden voor nieuwe tuin

Heb je interesse om een tuin bij ons te huren? Leuk! Meld je dan aan voor de wachtlijst via onze website: [Tuinverhuur](#)

Dit kan het gehele jaar door, als de wachtlijst niet te vol is. (onder de 20 geïnteresseerden).

Inschrijven

Wanneer er een tuin vrij komt wordt de eerstvolgende van de wachtlijst benaderd. Als er overeenstemming is over de tuin, wordt hij/zij uitgenodigd in het clubhuis om de inschrijving definitief te maken.

Dit kan in de maanden november en december.

Wijzigen van je gegevens

Elke wijziging van adres tot telefoonnummer. Dit kan het hele jaar door via onze website: wijzigen gegevens

Opzeggen

Dit gaat via onze website: opzeggen tuinhuur

Na het invullen van het formulier ontvang je een bericht met de verdere procedure, zoals het zwart opleveren en het keuren van de opstallen.

Het opzeggen kan in de maanden september en oktober maar uiterlijk voor 1 november, ivm de opzegtermijn van twee maanden.

Wanneer er niet voor 1 november is opgezegd ga je de huur van de tuin voor nog een jaar aan.

Activiteiten

Komende activiteiten op de vereniging:

Elke zaterdag	10:00 - 13:00	Clubhuis open
Elke zaterdag	10.00 - 11.00	Toko inleveren van spullen tbv kerstmarkt
25 november	11:00	Extra ledenvergadering
16 december	10:00-16:00	Kerstmarkt
16 december	19:00	Kerstbingo

Een actueel overzicht van de activiteiten staat op onze website: [Agenda EAV](#)



Website

Deze e-mail is verzonden aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • Voor een goede ontvangst voegt u secretariaat@volkstuinders-apeldoorn.nl toe aan uw adresboek.

