

"De Tuinvriend"



herfst2016/winter 2016-17

Uitgegeven door de
Vereniging van Amateursuinders(V.A.T) Zeist
 Aangesloten bij het Algemeen Verbond van
 Volkstuinverenigen Nederland(AVVN)

www.vatzeist.nl



INHOUD: Pagina:

1 voorpagina
 2 colofon
 3 van de voorzitter / tuin- en verfraaiingscommissies
 4 van het bestuur

5 foto's behorend bij pagina 4
 6 nieuwjaarsreceptie
 7 vlinders
 8 agenda 2017

Noteert u alvast de datum **zaterdag 18 februari 2017**

ledenvergadering van **14.00 tot 16.00 uur**

Op de site www.avvn.nl staat veel informatie voor de hobby tuinder

Redactie:

G. Hunnensen
 Crosetijn 4147
 3704 NS Zeist

W.Wierda
 Brugakker 4169
 3704 ZD Zeist

Redactieadres kopij:

Crosetijn 4147 e-mail: joycegerard@casema.nl

Opmaak en druk W.Wierda

De Tuinvriend verschijnt 4 à 5 x per jaar.

Kopij voor het volgende nummer inleveren voor 5 januari, bij de redactie



nieuw

Van

oud

naar

De voorzitter
 reikt de sleutel van het
 nieuwe hek uit.



VAN DE VOORZITTER

De zomer is weer voorbij en in het najaar is er tijd om af te ronden en te evalueren hoe het tuinjaar is verlopen. Het is goed om eens in de spiegel te kijken en te beoordelen of de tuinregels, die wij als bestuur met de tuinders hebben afgesproken, ook worden nageleefd.

De tuincommissies hebben hun werk weer zorgvuldig en met veel overgave gedaan en de tuinders en het bestuur zijn hiervan op de hoogte gebracht. De uitslag van de beoordelingen zullen in de eerst volgende bestuursvergadering aan de orde komen.

Een rondje langs de complexen.

Zoals veel tuinders gezien hebben, werd het clubgebouw aan de Grifthoek grondig aangepakt, nadat de kozijnen buiten vorig jaar zijn gerepareerd en binnen het asbest is verwijderd, is onder begeleiding van de bouw- en taxatiecommissie de buitenboel geschilderd door een schildersbedrijf, en door de goede kleurkeuze ziet het gebouw er weer perfect uit.

Door deze actie valt gelijk onze entree op en daarom heeft het bestuur een commissie benoemd onder leiding van Bert Dorrestijn, om ook het entree-gebied te verfraaien.

Uit de krant heeft u kunnen lezen dat wij als bestuur de Vogelvrienden Zeist onderdak verlenen in het verenigingsgebouw. De activiteiten zullen bestaan uit tafelkeuringen,

vergaderingen en de jaarlijkse vogeltentoonstelling, die vergelijkbaar is met onze tentoonstelling. Deze is gehouden in week 45.

Wat mij opvalt bij het Slottuin complex is dat de heg en het tuintje aan de ingang er geweldig uitzien, wat het aanzien van het complex ten goede komt. Op de algemene leden vergadering zal de aanleg van leidingwater op de agenda staan.

Het complex Molenbosch is vol in beweging, als eerste heeft het Utrechts Landschap het oude hek vervangen voor een mooi hek in juiste stijl en is de aannemer begonnen met de renovatie van de helft van de muur. We kijken met belangstelling er naar uit, hoe de muur wordt hersteld naar zijn oorspronkelijke bouw. (zie foto's op pagina 2)

De sleutels van het hek zijn aan alle leden verstrekt, en de "diefstal gevoeligheid" is besproken met de boswachter Joris Hellevoort.

Muren zijn niet blind, zij weten iets wat wij niet weten, muren hebben een verleden.

Ik wens ieder nog een goed najaar toe, en zie iedereen graag op de nieuwjaarsborrel op 7 januari 2017.

Jan van Geffen

DE TUIN - EN VERFRAAIINGSCOMMISSIES

Bij de Grifthoekcommissie wordt een 3e commissielid Dhr. v Ginkel aan het bestuur voor gedragen

Slottuin

Mevr. Joyce Spruit tuin 6A
Dhr. J van Walsum tuin 45 en 47A
Dhr Wout Marchal tuin 42
Dhr. Johan Harkhoe tuin 36A

Grifthoek

Dhr. Jos de Vries tuin 9
Dhr. Will Stuivenberg tuin 29

Molenbosch

Mevr. J Haas
Mevr. L. Vreeman
Dhr. E. Nooteboom (tot 1 januari 2017)
Dhr. E. El Amraoui (vanaf 1 januari 2017)

Van het bestuur :

Betreft Huishoudelijk reglement art. 14 De bouw en taxatiecommissie

De commissie is bereid om bij beëindiging van het lidmaatschap of bij verandering van tuin, op verzoek de waarde van de opstallen e.d. te taxeren. (dit alleen als beide partijen er niet uit komen.)

Van de tuincommissie van de Grifthoek.

In overleg met het bestuur is afgesproken dat voor het gebruik van de groenstrook de volgende regels gelden.

- A** De groenstrook mag recreatief gebruikt worden door de huurder van de aangrenzende tuin en daarvoor mogen verplaatsbare stoelen en tafels geplaatst worden.
Als u de groenstrook gebruikt wordt dient hij door u onkruidvrij te worden gehouden .
- B** De groenstrook mag niet gebruikt worden voor opslag van materialen en tuinafval c.q. compost.
- C** Het plaatsen van opstallen en het bestraten of neerleggen van worteldoek is niet toegestaan.
- D** De huurder van de tuin die grenst aan de groenstrook is verantwoordelijk voor het onderhoud van 50cm vanaf de grens van de tuin.
- E** De tuincommissie is verantwoordelijk voor het onderhoud van de groenstrook.
Snoei- en zaagwerkzaamheden mogen niet zonder toestemming gedaan worden.
- F** De groenstrook moet altijd toegankelijk zijn voor onderhoud.

Bij behorende foto 's 's staan op volgende pagina 5

De afgelopen jaren heeft de tuincommissie meerdere opgezegde tuinen moeten ontruimen. Om deze ongewenste klussen in de toekomst te voorkomen zijn wij er toe overgegaan om bij de tuinkeuringen ook te letten op opslag van materialen die geen functie hebben bij het tuinieren. Deze beoordelingen zijn natuurlijk subjectief en leveren veel discussie op, maar we hopen van de andere kant op enig begrip voor het feit dat willen voorkomen ieder jaar kosten (containerhuur) en tijd aan dit soort klussen te besteden.

Tentoonstelling

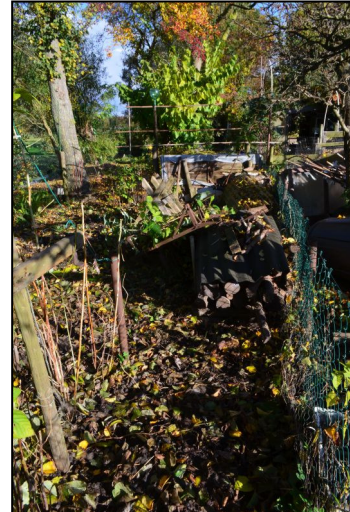
De jaarlijkse tentoonstelling was weer een groot succes met veel inzendingen en belangstelling, de vakkundige beoordeling van de keurmeesters zijn de prijzen bepaald (zie de lijst,) De prijzen en de eervolle vermeldingen zullen weer op de algemene ledenvergadering plaats vinden , wat nieuw is dat de verrekening van de prijzen zal geschieden met de eerst volgende factuur van de penningmeester



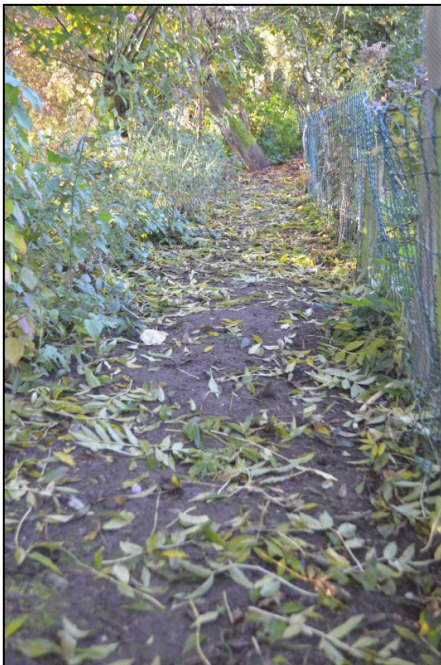
A



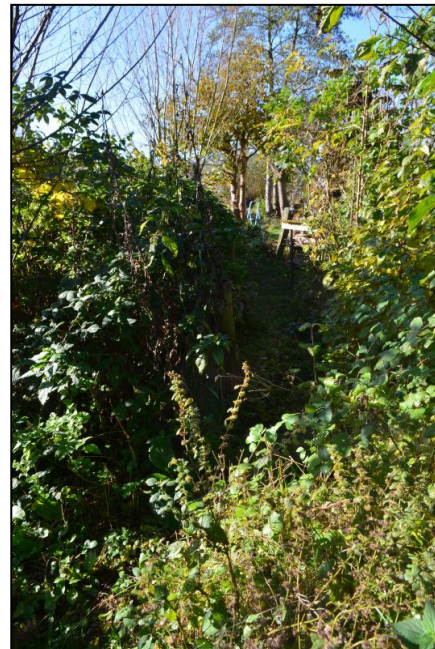
B



D



F



KERSTSTUKJES MAKEN.

Wij nodigen u uit om op dinsdag 20 december om 14.00 uur tot 16.30 uur en eventueel van 19.00 tot 21.30 kerststukjes te komen maken in het verenigingsgebouw.

De kosten voor dit evenement bedragen € 7,50 per persoon voor een goed gevuld pakket.

Aanmelding vooraf is nodig bij de heer P. Baars. tel. 6953506. Deze aanmelding is noodzakelijk om de groepen niet al te groot te maken en het benodigde materiaal aan te schaffen. U dient wat klein gereedschap, zoals een schaartje, een mesje en een tangetje mee te brengen. Ook is het raadzaam om zelf een paar bakjes mee te brengen waarin u de stukjes op kunt maken. Ook eventueel een paar verse bloemen meenemen is aan te raden, dat verlevendigt de gemaakte kerststukjes.

Meenemen van familieleden of kennissen, ook al zijn ze geen lid van onze vereniging, is geen bezwaar.

december 2016



Traditie getrouw houdt de V.A.T
Op zaterdag 7 januari
Van 15.00 tot 17.00 uur

Het bestuur nodigt hierbij
alle leden met familie uit,

om onder het genot van
een kopje koffie of thee en
een hapje met een drankje,

Op een
voorspoed-
dig
en
vruchtbaar
2017



Nieuwjaarsreceptie



elkander
een voorspoedig
Nieuwjaar
en goed tuinseizoen
te wensen

januari 2017

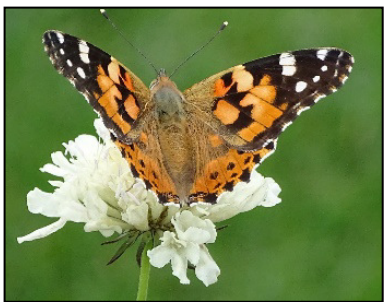
Genieten van de vlinders

door Cees van Bergenhenegouwen

Heeft u dat ook. Het kan al beginnen in maart wanneer de citroen vlinder zijn kans ziet om maar even te genieten van de zon en de warmte. Misschien wat minder als het werk nog roept. Bij mij is dat vele jaren geleden. Nu roept de

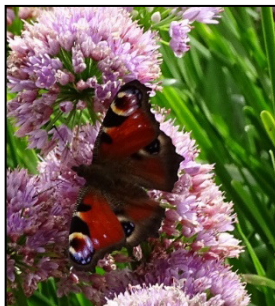


natuur op een andere manier. Nu geniet je er heel anders van. Vroeger genoot ik van de vele vlinders wanneer die om deze tijd van het jaar de bloeiende planten op de kwekerij bezochten met altijd de bedoeling "Zondag pak een makkelijke stoel en ga er eens goed voor zitten" Het kwam er nooit van. Nu ga je op trisch langs de Nederlandse we-



nieten van alles wat groeit en bloeit en rondvliegt. Heeft u ze mer de vlinders. Ze zijn er volgens de deskundigen niet zo- kijk goed en u zult ze zien.

Het koolwitje is er eigenlijk over al. week weer dat ze elkaar opzoe- gen en dan te zorgen dat we ook het komende seizoen kunnen genieten van het mooie fladderen van deze prachtig vlinder. Er waren er meer van de zomer. Bij een bezoek aan een showtuin kwamen er toch enkele bij die het aan schouwen zeker waard zijn. Zo de distelvlinder snel schietend van de ene naar de bloem met samen nog



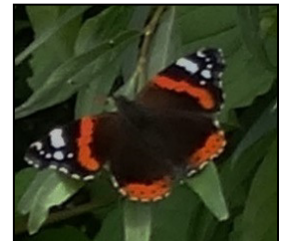
de atalanta die in het voorjaar de verre reis van uit het zuiden hierheen maakt Een maatje zoekt en dan zorgt genieten van hun zwart met witte gezien anders zoek nu nog een niet van onze Nederlandse vlin- zijn.



de fiets wel elek- gen rijden en ge- gezien van de zo- veel meer. Toch



Zo ook van de ken omhoogvlie-



Hoewel het vlinder seizoen al voorbij is, was Cees van mening het toch te plaatsen en niet tot volgend voorjaar te wachten.

De redactie

Zelfwerkzaamheid 2017

Grifthoek

Zelfwerkzaamheden staan onder begeleiding van Jos de Vries, Willem van Ginkel en Will Stuivenberg

Aanvang 9.00 tot 12.00 uur

Zaterdag	tuinnummers:
14-01-2017	1 tot en met 5A
11-02-2017	6 tot en met 9
11-03-2017	10 tot en met 13A
08-04-2017	14 tot en met 17
13-05-2017	18A tot en met 21
10-06-2017	21A tot en met 23A
08-07-2017	24 tot en met 28
12-08-2017	28A tot en met 34
09-09-2017	1 tot en met 7A
14-10-2017	8 tot en met 16C
11-11-2017	17 tot en met 22A
16-12-2017	23 tot en met 34

SLOTTUIN.

Aanvang 9.30 tot 12.00 uur

Zaterdag	Slotuin nr	Onder leiding van
18 maart	29 tot en met 38A	Wout M
25 maart	39 tot en met 51 A	Joyce S
1 apr	52 tot en met 62	Johan H
8 april	63 tot en met 74	Jan v W
13 mei	1 tot en met 9B	Joyce S
20 mei	10 tot en met 28 B	Wout M
10 juni	29 tot en met 38 A	Joyce S
17 juni	39 tot en met 5 A	Johan H
24 juni	52 tot en met 62	Jan v W
1 juli	63 tot en met 74	Wout M
26 aug	1 tot en met 9 B	Jan v W
16 sept	10 tot en met 28 B	Johan H

BIJ AFWEZIGHEID WORDT PER KEER 15 EURO BOETE IN REKENING GEBRACHT.
(ZIE HUISSH. REGLEMENT)

De Zoete aardappel

De zoete aardappel of bataat (*Ipomoea batatas*) is een plant uit de windefamilie (Convolvulaceae). Het is, anders dan de naam doet vermoeden, **geen** familie van de aardappel, die tot de nachtschadefamilie behoort.

De zoete aardappel is een inulinehoudende knol, een verdikking van de wortels. Het staat op de zevende plaats op de lijst van belangrijkste voedselgewassen in de wereld, en op de vijfde plaats in ontwikkelingslanden, na rijst, tarwe, maïs en cassave.

De zoete aardappel bevat in tegenstelling tot de aardappel (die zetmeel bevat) inuline. Inuline verteert langzamer dan zetmeel en is daarom gezonder voor diabetespatiënten. De plant is eveneens rijk aan anthocyanines (behorende tot de, gezonde, flavonoïden) vooral in de wortel, daarvan zijn cyanidine en peonidine de belangrijkste. Ze komen vooral in de schil voor. Daarnaast bevat de zoete aardappel echter ook de suiker raffinose, die winderigheid veroorzaakt doordat deze suiker niet verteerd wordt in het voorste gedeelte van het spijsverteringsorgaan, maar pas in de dikke darm. Hierbij ontstaan de gasen waterstofgas en koolstofdioxide. Het gehalte aan raffinose verschilt van ras tot ras.

Ook vermindert de zoete aardappel de werking van trypsine (TIA) afhankelijk van het ras van 20 tot 90%. Verhitting bij 90 °C heft de werking op. Er bestaan roze en witte varianten van de zoete aardappel. De roze variant bevat meer β -caroteen dan de witte variant. De beide varianten van de zoete aardappel zijn verkrijgbaar in toko's en op markten.

De bataat bevat veel voedingsvezels en vitamines. Vitamine A, C en B6 zijn ruim vertegenwoordigd en de zoete aardappel is rijk aan mineralen als calcium, foliumzuur en kalium. Bataat bevat weinig vetten en is vrij van cholesterol. De antioxidanten in zoete aardappel zouden een gunstige werking hebben bij het voorkomen van ziektes als kanker. Het antioxidant betacaroteen beschermt je huid tegen U.V.-schade die huidveroudering veroorzaakt.



Tekst en foto 's van Sascha Schoemaker VAT lid van de Slottuin

SAMENSTELLING BESTUUR EN COMMISSIES

Bestuur:

Voorzitter dhr. J. van Geffen
 Secretaris dhr. W. Wierda
 Penningm. dhr. A. Timmer
 2e Penningm. dhr. J. Harkhoe
 Bestuurslid dhr. G. Hunnensen
 Bestuurslid dhr. P. Baars
 Bestuurslid dhr. B. Dorrestijn

Tuin- en verfraaiingcommissi

Slottuin

Mevr. E.J. Spruit
 Dhr. J. van Walsum
 Dhr. W. Marchal
 Dhr. J. Harkhoe

Grifthoek

Dhr. W. Stuivenberg
 Dhr. J. de Vries
 Dhr. W. Groen (commissaris)

Inkoopcommissie

Bouw- en taxatiecommissie

Dhr. W. v. Harten

Grifthoek/Molenbosch

Dhr. G. Hörchner
 Dhr. F. de Boer

Slottuin

Dhr. W. Kooiman
 Dhr. W.J. van Harten

Beheerscommissie verenigingsgebouw

Dhr. Chr. v/d Waard

Geschillencommissie

Dhr. G. Vink

Kascommissie

Mevr. M. de Vogel
 Dhr. C. v/d Waard
 Dhr. J.J. van Gemeren

Activiteitencommissie

Mevr. H. Terol- Davelaar
 Dhr. Chr. v/d Waard
 Mevr. Dorrestijn

Verenigingsgebouw “De Grifthoek”

Noordweg 5 De Bilt

3732 HT