

# DE TUINKABOUTER

*Officieel orgaan van de  
Oegstgeester Volkstuin Vereniging*



## Inhoud Tuinkabouter

### Pagina 1

Colofon

Van de redactie

### Pagina 2

Van de voorzitter

### Pagina 3

Van de secretaris

Van de inkoopcommissie

### Pagina 4

Van de penningmeester

Gedicht

### Pagina 5

Uitnodiging Algemene

Ledenvergadering

### Pagina 6

Jaarverslag van de tuincommissie

### Pagina 7

Vervolg jaarverslag tuincommissie

Wat weet u over de appel?

### Pagina 8

Vervolg: wat weet u over de appel?

### Pagina 9 en 10

Vogels en hun nestkastjes

Een droge maart is goud waard,  
als het in april maar regenen wil.



## **Colofon**

Verenigingsorgaan van de Oegstgeester Volkstuin Vereniging opgericht 28 november 1977

Postadres: Zonnebloemlaan 22 2343 GC Oegstgeest  
Tuinadres: Willibrordlaan hoek Van Cuycklaan  
Girorekening: 4014955 girorekening inkoopcommissie: 3819165

### **Bestuur**

Voorzitter:	dhr. R. Kruis	tuin 29
Secretaris:	mevr. M. v.d. Burg	tuin 10b
Penningmeester:	dhr. M.J. Hoogland	tuin 74
Commissarissen:	dhr. J. Merkestein	tuin 4
	mevr. M. van Leeuwen	tuin 36

### **Commissies**

Uitgifte van tuinen:	dhr. Merkestein	tuin 4
Tuincommissie:	mevr. M. van Leeuwen	tuin 36
Inkoopcommissie:	dhr. T.M. Reedijk	tuin 85
	dhr. W.M. Genuit	tuin 112

Redactie Tuinkabouter: mevr. B.E. Dening

### **Email adressen:**

Voorzitter dhr. R. Kruis  
Penningmeester dhr. M.J. Hoogland  
Alg. coördinator dhr. J. Merkestein  
Secretaris mevr. M. v.d. Burg  
Redactie mevr. B.E. Dening

Internetadres: [www.ovv-volkstuin.nl](http://www.ovv-volkstuin.nl)

### **Van de redactie**

Waarom zijn groenten en fruit zo gezond?

- 1) Fruit en groenten bevatten veel vezels, ze zijn rijk aan vitamines en mineralen en bevatten weinig calorieën en vet.
  - 2) Veel groenten en fruit geven een duidelijke afname in de kans op overgewicht, hart – en vaatziekten, kanker, artritis, astma, ouderdomsziekten enz. *(dit wil echter niet zeggen dat u deze ziekten daarom niet zult krijgen!!)*
  - 3) In groenten en fruit zitten veel bio-actieve stoffen. Het zijn geen voedingsstoffen zoals vitamines of mineralen, maar we hebben deze stoffen wel nodig om gezond te blijven. De bekendste bio-actieve stoffen zijn de antioxidanten. Antioxidanten beschermen ons tegen vrije radicalen (schadelijk stoffen) die tijdens de verbrandingsprocessen in ons lichaam vrijkomen. Planten met hun vele verschillende kleuren, bevatten veel antioxidanten. Voorbeelden van antioxidanten zijn: bètacaroteen => in wortelen en meloenen; vitamine C => citrusfruit, mango, meloen, kiwi; vitamine E => donkergekleurde groenten, broccoli.
- Een heel gemakkelijke regel is: zorg ervoor dat u zoveel mogelijk kleur op uw bord heeft. Verschillende kleuren op uw bord betekent dat u van de benodigde voedingsstoffen voldoende binnenkrijgt.



Elly Dening

### **Van de voorzitter**

In dit eerste nummer van de tuinkabouter in 2008 wil ik alvast ingaan op de ledenvergadering die 1 april van dit jaar zal plaatsvinden. Ook zal ik kort in gaan op het komende lustrum.

Mijn artikel in de vorige Tuinkabouter m.b.t. de wens van het bestuur om lid te worden van de AVVN, heeft voor verschillende reacties gezorgd. Tijdens de ledenvergadering zal uitgebreid worden ingegaan op de mogelijkheid en voordelen om lid te worden van de AVVN. Om alle vragen van de leden zo goed mogelijk te kunnen beantwoorden heeft het bestuur dhr. Vroklage van de AVVN bereid gevonden om te komen vertellen over de AVVN en evt. vragen te beantwoorden. De beslissing over een mogelijk lidmaatschap van de AVVN willen wij als bestuur uitstellen tot november. In deze maand zal er een ledenvergadering plaatsvinden. Dit geeft ons als bestuur nog tijd één en ander goed voor te bereiden en het geeft u de tijd om uw mening te vormen.

Ook stellen we de beslissing uit om iedereen verplicht vrijwilligerswerk te laten verrichten. Hoewel het bestuur nog steeds van mening is dat dit een goede oplossing biedt, kost het meer tijd dan we dachten om mogelijke wijzigingen in de reglementen aan te brengen. Uiteraard willen wij met een zorgvuldig voorstel komen, zodat de reglementen weer enige tijd mee kunnen gaan en niet meer op korte termijn veranderd hoeven te worden. Ook hiervoor geldt dat deze wijzigingen van de reglementen door de ledenvergadering moet worden bekrachtigd. Het is van belang dat u allemaal ruim de gelegenheid heeft om kennis te nemen van de reglementen en eventuele vragen kunt stellen. Dit voorstel willen wij dan ook op de ledenvergadering in november bespreken.

Beide punten zullen op de komende ledenvergadering op 1 april worden toegelicht. Ik roep iedereen op om naar de ledenvergadering te komen zodat u vragen kunt stellen en uw mening kunt vormen.

Wat het vrijwilligerswerk betreft;

De huidige inkoopcommissie heeft de inkopen 7 jaar geregeld, waarvoor onze dank. De leden van de inkoopcommissie willen stoppen en wij zijn op zoek naar enkele vrijwilligers om de taken van de huidige leden over te nemen.

Ook zijn wij op zoek naar een nieuw lid voor de kascontrole commissie.

Als u belangstelling heeft, kunt u dit bij één van de bestuursleden laten weten.

Het lustrum.

Door omstandigheden heeft de feestcommissie haar activiteiten moeten beëindigen. Het geplande feestprogramma wordt hierdoor aanzienlijk ingekort. Er zal in ieder geval een barbecue voor alle leden worden georganiseerd op zaterdag 28 juni. Nadere bijzonderheden hierover volgen, maar reserveer deze datum alvast in uw agenda!

Naast de bestuurlijke taken is er gelukkig ook nog ruimte voor andere zaken. Het nieuwe tuinseizoen is voor de meesten van u weer begonnen. Hopelijk wordt het beter weer en heeft iedereen een betere opbrengst dan vorig jaar.

Tot ziens, hopelijk op 1 april en anders op de tuin!

**Van de secretaris**

Wat het weer betreft was 2007 een apart jaar en in zekere zin gold dat ook voor de OVV.

De oogst van mijn halve tuintje was niet best, maar vooruit; “dat hoort erbij”, zullen we maar zeggen; op die manier had ik tijd genoeg voor de secretariële zaken. Het bestuur heeft het afgelopen jaar in de oude en nieuwe samenstelling tien keer vergaderd en heeft naast de lopende zaken ook tijd besteed aan invulling van nieuwe ideeën, want je moet toch een beetje met de tijd mee. Ook hebben we gemerkt wat het betekent als een vrijwilliger als Jan de Ruiters wegvalt; niet alleen qua sfeer op het complex, maar zeker ook de werkzaamheden die bleven liggen. Veel leden hebben bijvoorbeeld van mij de “Rietbrief” gekregen met het verzoek om zelf de sloten schoon te houden. Gelukkig is dit door de meeste OVV-ers heel goed ontvangen. Daarnaast toch ook behoorlijk wat correspondentie verzorgd om leden er toe te bewegen de tuinen goed bij te houden. Gelukkig was het al minder dan het jaar daarvoor, dus wij zijn op de goede weg! Omdat het bestuur de “hardnekkige vervuilers” op veler verzoek consequent aanpakt, heeft dat dit jaar geresulteerd in een viertal royementen. Overigens is dat nu juist niet ons streven en omdat het ook echt niet leuk is om dit soort brieven te moeten versturen, is mijn motto voor 2008 dan ook: “nog minder officiële brieven!” Dan ben ik nog vaker op de tuin voor een gezellig praatje en hopelijk een betere oogst dit jaar! Iedereen een heel fijn, feestelijk & vruchtbaar tuinseizoen gewenst,

Vriendelijke groet, Mathilde van der Burg.



### **Van de inkoopcommissie**

Op zaterdag 23 februari 2007 konden de bestellingen weer worden opgehaald. Net als vorig jaar was het weer een goede dag om direct wat in de tuin te gaan doen. Thijs Hoogland had weer voor sla, andijvie en koolplanten gezorgd.

Er waren ruim 40 tuinders die een bestelling hadden gedaan. Wat wel opviel was het kleine aantal tonkinstokken die werden besteld, nog geen 50 stuks. Andere jaren lag dit rond de 150 stuks. Aangezien we per 100 stuks inkopen, kunnen tuinders in het praathuis nog stokken kopen voor 0.75 euro per stuk.

Als commissieleden willen we na 7 jaar stoppen met deze taak. Tuinders die deze taak willen overnemen, zal ik met raad bijstaan.

Groet, namens de commissie,  
Tim Reedijk

### **Van de penningmeester**



Als ik dit schrijf heeft bijna iedereen zijn contributie betaald, als u dit leest dan hoop ik dat u allemaal betaald heeft. Dit keer geen lang verhaal van uw penningmeester, mijn lange verhaal komt weer op de jaarvergadering op 1 april a.s. Één ding kan ik u wel vast verklappen, ik ben nu al een tijdje penningmeester en al die tijd zijn er geen veranderingen geweest in de inkomsten van onze vereniging. Nu kom ik langzaam op een begrotingstekort en om dat op te heffen zal de contributie en de pacht verhoogd moeten worden. Op de jaarvergadering zal ik dat voor u uit de doeken doen. Graag allemaal tot ziens op de jaarvergadering.

Thijs Hoogland

### ***De voorbijganger en de populier***

*Ze verbreden de weg  
Overbelast door het verkeer  
Ze hakken de populieren om*

*Bulldozers nemen een aanloop  
En met een dreun  
Vellen zij de bomen*

*Maar een populier schudde  
Bood weerstand aan het staal*

*De bulldozer trekt zich terug  
Grommend in zijn achteruit  
En geeft gas voor de laatste stormloop*

*Tussen de verzamelde voorbijgangers  
Staat ook een man op leeftijd*

*Hij neemt zijn hoed af voor de populier  
Geeft hem een tik met zijn paraplu  
En roept luidkeels:*

*Laat je niet kisten jonge!*

*Dichter: Vasco Popa*

H.J. Penning

## ➤ Uitnodiging ‹

-----

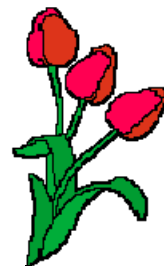
Het bestuur van de Oegstgeester Volkstuinvereniging nodigt u uit voor de  
jaarlijkse **ALGEMENE LEDENVERGADERING**.  
De vergadering wordt gehouden op **dinsdag 1 april 2008** in de Kapelzaal van het  
Gemeentecentrum, Lijtweg 9, ingang Wijttenbachlaan. Aanvang: **19:30 uur**.

### Agenda:

1. Opening en mededelingen van de voorzitter;
2. Ingekomen stukken;
3. Bespreking en goedkeuring van de notulen van de algemene ledenvergadering van 21 maart 2007 zoals verschenen in de Tuinkabouter van juni 2007;
4. Bespreking en goedkeuring van de verslagen van de penningmeester,  
➤ verhoging contributie;
5. Bespreking en goedkeuring van het verslag van de kascommissie. Benoeming nieuwe leden voor de kascommissie; aan de beurt voor aftreden is Dhr. Lagas;
6. Bespreking en goedkeuring van de jaarverslagen van de secretaris en tuincommissie, zoals verschenen in de Tuinkabouter van maart 2008; (inkoopcommissie in TK juni 2008)
7. Mededeling van het bestuur;

----- PAUZE -----

8. Voorlichting lidmaatschap AVVN:  
➤ voor meer informatie & vragen is Dhr. H. Vroklage namens het AVVN aanwezig;
9. Voorlichting aanpassing reglementen;
10. Mededelingen van het bestuur;
11. Rondvraag;
12. Sluiting.



## Jaarverslag van de tuincommissie

Na 1 maart 2007 zijn de volgende personen huurder van een tuin geworden:

Tuin 14 Mevrouw M.M. van der Peet  
Tuin 19 De heer E.J. Kijkuit  
Tuin 26 De heer E.L.M. Swinkels  
Tuin 33 Mevrouw E.H.W. Zwart en mevrouw A.M. de Jong  
Tuin 47b De heer S. Hoy  
Tuin 62 Mevrouw M. Elorche-Nieuwenhof  
Tuin 63 Mevrouw M.H.I. Braat  
Tuin 82 Mevrouw L. Lagas-Mechelse  
Tuin 93a De heer S.W.J. Houtzager  
Tuin 99 Mevrouw M.A.B. Görtz-Berends  
Tuin 109 De heer J.W.G. van Bergen

Sinds 1 maart 2007 zijn de volgende tuinders vertrokken.

De heer Van Velthuisen van tuin 73 (overleden)  
De heer Filippo (tuin 11)  
De heer Deleau (tuin 14)  
De heer Vermeer (tuin 26)  
De heer van Vliet (tuin 18 en 19)  
De heer van der Spek (tuin 33)  
De heer de Raaf (tuin 47b)  
Mevrouw de Vries Moeselaar (tuin 53)  
De heer Dernee (tuin 54)  
De heer Ghafari (tuin 62)  
Mevrouw Van der Meent (tuin 63)  
Mevrouw Welten Loeven (tuin 104)  
De heer Kuyt (tuin 109)



### Tuinen beschikbaar

Kort voor de start van het tuinseizoen zijn door privé-omstandigheden nog 2 tuinen op het eerste pad vrijgekomen.

Het betreft allereerst tuin 11. Hierop staat een kleine kas. Er wordt hiervoor geen overnamebedrag gevraagd.

De tweede tuin die vrijgekomen is, is tuin 18. Op deze tuin staat een kas, een schuur en een middelhoge kweekbak. Over de overname van deze tuin is zowel overleg met de vorige tuinder als met het bestuur noodzakelijk.

Verder zijn de tuin 69b en tuin 73 beschikbaar. Tuin 73 is beschikbaar voor "beheerder".

Het afgelopen tuinjaar werd m.n. gekenmerkt door het wegvallen van onze vaste kracht, Jan de Ruiter. Naast het persoonlijke verlies voor veel tuinders had zijn overlijden ook tot gevolg dat de vereniging een deel van de onderhouds-

werkzaamheden, m.n. het schoonhouden van de slootkanten, niet meer in eigen beheer heeft kunnen laten uitvoeren.

Evenals voorgaande jaren is regelmatig een beroep gedaan op vrijwillige medewerkers, er is geïnventariseerd welke tuinders van tijd tot tijd een handje willen toesteken (met bemoedigende resultaten overigens) en er is gedacht over de functie van het Praathuis en een beheerder voor ons complex.

Bij de tuincontroles zijn vooral veel aanmerkingen t.a.v. het onderhoud van de slootkanten gemaakt. Wel is bij een aantal tuinen geconstateerd dat de staat van de tuin aanhoudend zo slecht was dat de formele royeringsprocedure gevolgd moest worden.

Hier volgen nog een paar punten die we graag bij een ieder onder de aandacht willen brengen:

- Veel fruitbomen dreigen te groot te worden en dat geeft ongewenste schaduw voor de burens: het snoeien van appel- en perenbomen kan nog tot begin maart & pruimen- en kersenbomen na de vrucht, dus in de herfst.

- Wij zoeken nog iemand die bij afwezigheid van Theo van Steijn het frezen wil overnemen.



- Voor het slootkantenonderhoud zoekt de tuincommissie een “zeisslijper” waarmee de zeis “gehaard” kan worden.

- Het puin kan niet meer naar de Gemeentewerken in Oegstgeest gebracht worden. Dit moet dus naar Leiden of Katwijk afgevoerd worden.

De gemeentewerken geeft het volgende ter informatie: voorbeelden van puinverwerkers en bouwmarkten:

Schaddé van Dooren, Kalkbranderstraat 13 Industrieterrein 't Heen in Katwijk tel; 071-4034417. Openingstijden: ma t/m vrij. 7.30-16.30 uur en za. 8.30-11.30 uur;

Vliko BV, Achthovenerweg 17B in Leiderdorp, tel; 071-5892901. Openingstijden: ma t/m vrij. 7.00-17.00 uur en za. 8.00-12.00 uur.

Of zoek in de omgeving van Oegstgeest bijvoorbeeld naar Praxis, Gamma, Formido of Karwei (niet gratis).

Miep van Leeuwen, Jan Merkestein

Wat weet u over: de appel?

Wat is de appel?

- de populairste vrucht van Europa; van de wereld de derde, na citrusvruchten en bananen
- het hele jaar verkrijgbaar
- het lekkerste uit eigen tuin, vooral de herfstsoorten als Cox en Elstar, maar veel soorten zijn ook goed door de winter heen te bewaren (Granny Smith, Golden Delicious, goudreinet)







Wat heeft de appel?

- ✓ 50 calorieën per 100 gram
- ✓ 2 g koolhydraten
- ✓ nauwelijks eiwitten of vetten
- ✓ is rijk aan vezels en pectine
- ✓ bron van vitamine C (wisselt per soort)

Wat doet de appel met en in ons lichaam?

- spijsvertering stimuleren
- verfrissen en fitheid bevorderen
- de dokter buiten de deur houden (“an apple a day, keeps the doctor away”)

Waarmee gaat de appel graag samen?

- boter, kwark, room
- anijs, vanille, kaneel, suiker
- amandelen, noten, rozijnen, citroen
- kerrie, mierikswortel, peper, zout

Wist u dit over de appel?

- de appel niet stoten omdat zij gauw beurse plekken krijgt
- buiten de koelkast bewaren
- geen aardappelen of citrusfruit in de buurt, die laten de appel sneller rijpen
- snel verwerken als de appel eenmaal is geschild om verkleuring tegen te gaan
- garen van een appel: zachtjes en in korte tijd

*Inleveren kopij voor het juni-  
nummer uiterlijk 21 mei 2008*

Elly Dening, Kerckwervelaan  
53, 2343 LG Oegstgeest  
Email: [hr.dening@hetnet.nl](mailto:hr.dening@hetnet.nl)

