



DE KRUIDENREUS & BOERDERIJ UNIEK LEVEN



Voorwoord

De Kruidenreus gaat een nieuw tijdperk in.

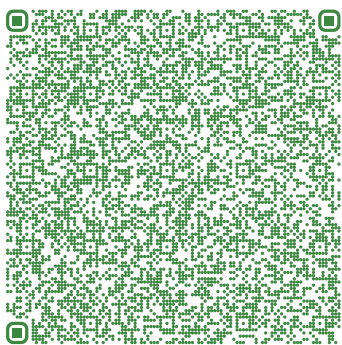
Vanaf voorjaar 2020 is de aanleg van de eerste versie van de Kruidenreus gestart. Inmiddels zijn we vijf jaar verder en druk doende met de aanleg van de Kruidenreus 2.0, een aanzienlijk grotere versie en een fors project qua uitvoering.

En dat zie je groeien! Dat vraagt ook om een overgang naar andere aansturing, verandering van organisatie en verandering in het aanbieden van vrijwilligerswerk. De maatschappij verandert en wij bewegen mee. Meer vrijwilligers, sneller op veranderingen inspelen en alert blijven: de Kruidenreus mag groeien en vooral lang blijven voortbestaan. Naast bijvoorbeeld het in stand houden van meer dan 70 kruiden met een geneeskrachtige werking staan er in de nieuwe Kruidenreus steeds meer kruiden die ook op de rode lijst voorkomen, ofwel die met uitsterven bedreigt zijn. Mooi om daar ook bewust aandacht aan te schenken.

Verandering nu ook op bestuurlijk niveau: Oprichtster Marlene Bokhuis en voorzitter Tanja de Vruh hebben aangegeven in oktober te willen terugtreden van hun bestuursfunctie. Daarmee verdwijnen ze niet uit beeld, beiden blijven betrokken bij de Kruidenreus. Binnen onze pool van vrijwilligers is een nieuwe voorzitter gevonden in Jolanda van de Luitgaarden en blijven we nog actief zoeken naar een nieuwe secretaris of algemeen bestuurslid.

Vakantietijd breek aan.

De vakantie beginnen. Dat betekent vaak even weg van huis of juist heerlijk even rustig thuis. Lekker even de fiets, geen moeten.



Scan mij

Bij de Kruidenreus zal het wat rustiger zijn want ook daar zijn mensen er even tussen uit met vakantie. Ons project moet wel door. Iedere vrijdagochtend zijn er wel mensen in de kruidentuin aan het werk.

Zin om ook een keer mee te helpen met bijvoorbeeld het maken van de stenen omranding met de stoeptegels? Of gewoon te helpen met het reguliere onderhoud? Je bent van harte welkom! Laat ons echter wel even weten dat je komt. Scan deze qr-code en je mailtje naar ons is dan al grotendeels voorbereid. We zien uit naar je komst!

INHOUDSOPGAVE

- Voorwoord
- Nieuw tijdperk
- Vakantietijd breekt aan
- Heermoes, Equisetum Arvense
- Omranding vordert gestaag
- Vrijwilliger aan het woord
- Heermoesthee
- Watervoorraadsysteem voor de Kruidenreus
- De Groene Kathedraal
- Boerderij Uniek Leven

Vragen of opmerkingen?
info@dekruidenreus.nl





Heermoes, ofwel de Equisetum Arvense. Goed voor ons of giftig.....?

U kent hem vast wel. Dat kleine groene plantje met al die zichtbare veertjes. Hij heeft geen bloem, blad of zaden en de voortplanting gebeurt onder meer door sporen. We noemen hem ook wel kattestaart en oerplant. Dit laatste omdat de plant al heel lang voorkomt op deze aarde. Hij groeit het liefst langs dijken en braakliggende terreinen, weilanden.

Maar.....hij is toch vreselijk giftig? Nee, zeker niet. Hier begint juist de verwarring waardoor de Heermoes niet zo populair is bij de mensen. De Lidrus heeft enorm veel weg van de Heermoes. Klein, groen en veertjes. Helaas is de Lidrus giftig en heeft de Heermoes juist mooie eigenschappen om ons te ondersteunen.

Help..... Hoe weet ik dan welke plant ik kan plukken, om er bijvoorbeeld thee van te maken, voor een gezonde boost? Heel simpel, de Heermoes heeft zijn takjes omhoog staan en bij de Lidrus staan deze horizontaal of hangen naar beneden. Verder staan de sporen van de Heermoes tussen de plant en bij de Lidrus staan ze boven op de vertakte plant.

De Heermoes is rijk aan silicium (kieselzuur) en zal u altijd ondersteunen met een boost om oa de nagels en de huid te verbeteren. Ook heeft de Heermoes een gunstig effect op bot (breuken), gewricht, spier problemen en kan deze plant ingezet worden bij sportletsel en blessures. Nou, wat willen we nu nog meer? Helemaal niet zo'n vervelende plant dus maar juist een plantje waar we dankbaar gebruik van mogen maken.

Bij de Kruidenreus treft u de Heermoes aan samen met een wat zeldzamer broertje, de Schaafsro. Kom eens langs zodat u ze allebei met eigen ogen kunt zien! In de natuur groeit de Heermoes op heel veel plaatsen. Vindt u het toch wat spannend om de natuur in te gaan en deze plant te plukken dan kunt u natuurlijk altijd terecht bij de natuur/reformwinkel, voor de gedroogde vorm. Linksonder de niet giftige Heermoes en rechts onder de Lidrus die wel giftig is. Bron foto's: NHA opleidinginstituut/ Herborist





Omranding Kruidenreus vordert gestaag

Zoals bekend is de houten bekisting een tijdelijke oplossing. Via de recycleperrons van de gemeente Almere ontvangen we gebruikte stoeptegels die we haaks om de bekisting plaatsen. Zo maken we een stabiele en stevige omranding die de grond op zijn plek houdt, weinig onderhoud vraagt en lang mee gaat.

Inmiddels zijn ongeveer 1000 van de benodigde 4400 stoeptegels ingezameld. Inzamelen loopt nog door, want pas volgend jaar kunnen we de armen gaan aanleggen als de resterende fruitbomen geoogst zijn.

De Kruidenreus wordt nog verder aangevuld met grond (tuinaarde, compost, etc.) zodat de bovenkant gelijk komt te liggen met de stoeptegeldomranding. De Reus gaat dan meer tot de verbeelding spreken.

Bij de organen liggen nu nog losse stenen. Als de grond wat is ingedaald gaan we daar de omrandingen van de plantbedden metselen. Daarmee worden de organen ook beter herkenbaar en de vorm van de organen blijft langer en beter intact.

Vrijwilliger aan het woord

Al 5 jaar ben ik vrijwilliger bij de Kruidenreus. Het is heerlijk om buiten te zijn en samen met andere enthousiaste vrijwilligers samen in de Kruidentuin te werken.

De werkzaamheden zijn heel gevarieerd: planten zaaien, wieden van gras uit de perken, grasmaaien op de paden en nieuwe planten in de grond zetten.

Met de verhuizing van de Kruidenreus kijken we opnieuw waar de planten het beste tot hun recht komen. En dat voelt soms als schilderen met kruiden..

Wat ook heel leuk om te zien is dat veel bezoekers erg genieten van alle kruiden. Ze vinden het ook bijzonder om de kruiden die ze wel van naam kennen, nu in het echt zien.

Als je een keertje wilt komen kijken en de sfeer proeven, je bent van harte welkom!

Marlene Blokhuis
(oprichtster en secretaris)





Recept:

Heermoesthee

- Doe een theelepel gedroogde Heermoes of een takje verse Heermoes in een steelpan (vers alleen plukken uit een schone omgeving)
- Doe hier 1,5 kopje water bij en leg er een deksel op
- Als het eenmaal kookt draait u de warmtebron lager
- 15 minuten laten pruttelen
- Zeef het mengsel en vang het vocht op in een beker

Heermoes zelf heeft weinig smaak dus breng eventueel alles op smaak met 2 takjes munt of een dunne plak sinaasappel, eventueel zoet maken met honing.

*Heermoes niet gebruiken tijdens zwangerschap en periode van borstvoeding.
Bron: www.kruidencursus.com

Watervoorraadstelsysteem voor de Kruidenreus

In Oosterwold moet je veelal volledig 'zelfvoorzienend' zijn. Boerderij Uniek Leven heeft daar al jaren mee te maken en de Kruidenreus loopt daar in mee. Met beleid water geven aan de planten die het echt nodig hebben, worstelen we ons door de droge periodes heen. Met de nieuwe reus, die een stuk groter is, is een reserve wateropslag dus zeker van belang.

Onze nieuwe voorzitter Jolanda heeft ervaringen hiermee op een ander hobbyvlak, wat ook prima bij de reus kan. 2 IBC containers die elk 1000 liter water kunnen bevatten, zorgt voor een aardige hoeveelheid reserve water. Maar ook daarmee zal nog steeds met beleid water

gegeven moeten worden.

In combinatie met de onlangs aangelegde compostbak waarvan het dak ook regenwater gaat leveren, komen die tanks in de loop van het jaar wel vol.

Bij de foto's:

Links: de IBC tanks bij de nieuwe compostplek.

Onder: Johan bezig met het maken van de compostplek



De Groene Kathedraal



De Groene Kathedraal te Almere (grenst aan de wijk Oosterwold) is een project van kunstenaar Marinus Boezem.

De plattegrond van de Kathedraal van Reims te Frankrijk is op ware grootte nagebootst door aanplant van populieren.

In het veld ernaast is dezelfde vorm gecreëerd in de vorm van een uitsparing in de aanplant van eiken en haagbeuken.



MEDEWERKERS GEZOCHT

Medewerkers gezocht vanaf 16 jaar. Als de zon een beetje meewerkt gaat ons buitenterras weer open. Zowel voor het terras, theehuis en de keuken zoeken wij een aantal nieuwe fijne collega's. Wij zijn open op vrijdag, zaterdag en zondag.

Kom eens langs voor een kennismaking gesprek en ervaar of dit werk bij jou past. Bel/whatsapp 06-10774512 of mail boerderijuniekleven@gmail.com

 boerderijuniekleven.com  [almereboerderijuniekleven](https://www.facebook.com/almereboerderijuniekleven)



Wist je dat Wim van Leeuwen één van de eigenaren van Boerderij Uniek Leven ook kunst ambassadeur is van De Groene Kathedraal. Hij is te vinden tijdens onze openingstijden van Boerderij Uniek Leven op het land of in het theehuis. Stel hem gerust vragen over De Groene Kathedraal.



Boerderij Uniek Leven
Kathedralenpad
Almere Oosterwold

Openingstijden theehuis:
Vr. 10.00 uur tot 16.00 uur
Za. 10.00 uur tot 17.00 uur
Zo. 10.00 uur tot 17.00 uur