



TUINVRIEND NUMMER 27



VERENIGING VAN AMATEUR TUINDERS – VAT ZEIST-
WWW.VATZEIST.NL

Het Bestuur wenst u fijne Kerstdagen en een fantastisch 2026 toe.

Jaargang 9, nummer 27

December 2025

In dit nummer:

Kerst & Nieuwjaarsgroet van het bestuur	1
Salie een uiterst aromatisch kruid.	2
Samen groeien in de volkstuin	2
Winterwerkzaamheden in de moestuin	3
PFAS..? PFAS...!!	3
Plant en Plaag	3
Waar komt toch die Pompoen vandaan?	4

Interessante informatie:

- Eind maart, begin april 2026
Algemene ledenvergaderingen
Kerkelijk centrum De Clomp
- Camerabewaking parkeerplaats
De Grifthoek heeft effect.
- AVVN nieuwsbrieven zijn te lezen via: www.vatzeist.nl
- Groenten en fruit uit eigen tuin is in Zeist veilig voor consumptie i.v.m. PFAS vervuiling

Het is alweer medio december en het jaar 2025 is bijna voorbij, wat ging dat weer snel. Maar wat een topjaar hebben we gehad. Pracht weer en een meer dan rijke oogst aan groenten, vruchten en bloemen. De vrieskisten zitten waarschijnlijk bij velen nog vol of anders wel de wekpotten. Want alles zelf direct opeten was geen optie. Te veel gewoon.

We zijn er druk mee geweest, met onze tuintjes. Zodra het voorjaar werd liepen de tuinen vol met tuinders, die, uitgerust na de winterstop, er weer zin in hadden. Hoewel er altijd ook enthousiastelingen zijn die gewoon het hele jaar door, de tuin op orde houden en doorgaan met oogsten van de wintergroen-

ten. Zo kan het natuurlijk ook. Maar de rode draad is toch wel dat we er allemaal lol in hebben, dat we genieten van het buiten zijn en het samen tuinieren. Een belangrijke doelstelling van onze vereniging.

Dat het organisatorisch goed loopt op 'De Grifthoek,' 'De Slottuinen.' en het 'Molenbosch' is overigens niet vanzelfsprekend. Er zijn heel veel vrijwilligers die, ieder op eigen wijze, bijdragen aan het beheer van de tuincomplexen.. Er zijn verschillende commissies waarin leden actief zijn maar ook buiten deze commissies om, worden vele hand- en spanndiensten verricht. En dat is erg fijn want alleen zo is het mogelijk om onze vereniging

te laten draaien..

Het bestuur wil iedereen ontzettend bedanken voor de grote inzet in 2025 en het plezier dat we samen als tuinders hebben. Er komen nog een paar activiteiten aan en natuurlijk hebben we in januari onze nieuwjaarsborrel. We hopen jullie daar allemaal te zien.

Fijne feestdagen en alvast een fantastisch 2026 toegewenst

Het bestuur VAT Zeist.



Vrolijke feestdagen en een goed Nieuwjaar toegewenst.

Activiteitencommissie nodigt je uit

De activiteitencommissie nodigt jullie van harte uit voor onze gezellige Nieuwjaarsborrel.

Op zaterdag 11 januari tussen 16.00 en 18.00 uur heffen we samen het glas in ons verenigingsgebouw 'De Grifthoek.'

We kijken terug op een mooi

tuinjaar en proosten op een frisse start vol nieuwe plannen.

Er zijn hapjes, drankjes en natuurlijk veel gezelligheid.

Laat ons even weten of je erbij bent via: activiteitencommissie@vatzeist.nl





Salie in bloei

‘Waarom zou iemand sterven, zolang er salie in zijn tuin groeit?’

De naam van het geslacht, *Salvia*, komt van het Latijnse *salvus*, gezond. Deze plant uit het middellandse Zeegebied verschaft medicijnen tegen ziekten en een kruidenrij voor voedsel, en het maakt de tanden wit.

De meest bekende soort voor ons tuinders is de tuinsalie, voor keukengebruik. *Salvia officinalis*.

Salie

Waarom Salie in je moestuin?

Salie heeft een rijke, kruidige smaak die goed past bij vleesgerechten, pompoen en in kruidenthee.

Al sinds de oudheid staat salie bekend om zijn helende werking. Het bevat etherische oliën en flavonoiden die ontstekingsremmend werken. Een gorgel met saliethee kan bijvoorbeeld verzachtend zijn bij keelpijn.

Salie houdt schadelijke insecten op afstand dankzij zijn sterke geur. Tegelijkertijd trekt het nuttige bestuivers zoals diverse soorten bijen aan. Wat de vruchtzetting van andere planten in je moestuin bevordert.

Zet salie naast koolsoorten of wortelen, het helpt om koolwitjes en wortelvlieg te weren.



Samen groeien in de volkstuin



‘Vrijwilligerswerk: het mooiste zaad voor een bloeiende volkstuin’

‘Samen zaaien, samen oogsten, vrijwilligers laten de volkstuin bloeien...!’

Vrijwilligers maken het verschil, ook tussen de groenten en bloemen.

In de volkstuin draait het niet alleen om planten en oogst, maar vooral om mensen. Vrijwilligers zorgen voor onderhoud van de percelen, organiseren gezamenlijke werkdagen en delen hun kennis met nieuwe tuinders. Hun inzet houdt de tuin levendig en toegankelijk voor

iedereen.

Vrijwilligerswerk in de volkstuin betekent meer dan schoffelen of water geven. Het is samen leren, elkaar helpen en genieten van de natuur. Zoals iemand van de zomer zei: ‘Elke keer dat ik hier werk, voel ik me verbonden met de aarde én met de mensen om me heen.’

Door tijd en energie te delen,

groeien niet alleen de planten, maar ook de gemeenschap.

Vrijwilligers zijn de wortels van de volkstuin: onzichtbaar misschien, maar onmisbaar voor alles wat boven de grond bloeit.



Waarom kruiden uit je eigen moestuin?



- Gezonder en smaakvoller: Zelfgeweekte kruiden bevatten geen pesticiden en hebben vaak een intensere smaak

- Goedkoper: In de supermarkt betaal je al snel een paar euro voor een bosje dat snel bederft. In je tuin heb je altijd verse voorraad.

- Milieuvriendelijk: Je vermijdt verpakkingen en

transport, en trekt nuttige insecten zoals bijen aan.

- Makkelijke kruiden om mee te starten: Basilicum: houdt van warmte, ideaal voor de zomer.

Peterselie: Winterhard en veelzijdig in de keuken.

Munt: groeit snel. In potten om woekeren te voorkomen.

Bieslook: Sterk en makkelijk, mooie bloemen.

Tijm en Rozemarijn: hebben weinig water nodig.



Belangrijke winterwerkzaamheden in de moestuin

Oogsten van wintergroenten

Groenten zoals boerenkool, spruiten en diverse koolsoorten kunnen vaak nog geoogst worden. Laat ze niet te lang staan, tenzij ze goed tegen vorst kunnen

Opruimen en schoonmaken

Verwijder afgestorven planten, bladeren en onkruid. Dit voorkomt dat ziektes en plagen overwinteren in je tuin.

Bescherm tegen kou en regen

Gebruik mulch (stro, blad of

compost) om de bodem te beschermen tegen vorst en uitspoeling. Eventueel kun je kwetsbare planten afdekken met vliesdoek of een koude bak.

Composteren, bodem voeden

Winter is ideaal om compost of mest toe te voegen. Dit geeft de bodem rust om voedingsstoffen op te nemen voor het voorjaar.

Structuur en planning

Controleer je bedden en paden, herstel waar nodig.

Maak alvast een teeltplan voor het komende seizoen: welke gewassen wil je neerzetten?

Zaaien binnenshuis of kas

Sommige gewassen kun je al vroeg starten op de vensterbank of in een kas, zoals tuinbonen, peulen of vroege sla.

Dieren en biodiversiteit

Laat hier en daar wat plantenresten of bladeren liggen: dit biedt schuilplaatsen voor insecten en kleine dieren die nuttig zijn in je tuin.



In de winter is je moestuin zeker niet 'stil' het is hét moment om voor te bereiden, te beschermen en voornut te plannen.

PFAS...? PFAS...!!

PHAS (per-en polyfluoralkylenen) zijn chemische stoffen die zeer langzaam afbreken in het milieu.

Ze kunnen zich ophopen in de bodem, het water en uiteindelijk in planten en dieren.

PFAS in Zeist: om een beter beeld te krijgen van de verspreiding van PFAS in het milieu zijn metingen uitge-

voerd. Hierdoor is een goed beeld verkregen van verspreiding van PFAS in de bodem. Op basis van deze metingen heeft de gemeente Zeist een zogenaamde 'ontgravingskaart PFAS' vastgesteld

De gemeente Zeist geeft aan dat PFAS op veel plekken in de bodem voorkomt, meestal in lage concentraties. Uitzonderingen: brandweer oefen-

terreinen en op plekken waar met PFAS-houdende stoffen is gewerkt.

In de provincie Utrecht wordt een toename van PFAS in diep grondwater (10-12 m-mv) verwacht in de komende jaren. Dit wordt gemonitord.

Bron: gemeente Zeist

Kaart met PFAS meetpunten in NL: <https://www.edugis.nl/project/pfas-kaart-nederland/>



Uit onderzoek in o.a. Dordrecht, Sliedrecht en Papendrecht bleek dat groenten en fruit uit moestuinen nabij Chemours PFAS bevatten

Plant en Plaag

Groot koolwitje (*Pieris brassicae*)

Het grote koolwitje is geheel wit, op de zwarte toppen van de voorvleugels na. Het vrouwtje heeft nog twee extra zwarte vlekjes.

Omstreeks begin mei kan je de eerste zien vliegen. Het koolwitje zit op kruisbloemigen, waaronder koolsoorten.

Vaak zie je de zwart gestreepte vlinderrupsen in de tuin je koolplanten aanvreten. Totale kaalvreet kan het gevolg zijn. Met name de tweede generatie is vraatzuchtig.

Dek daarom je planten af met insectengaas of acryl-doek. Als je weinig koolsoorten verbouwt en je dekt ze niet af, controleer je planten

dan regelmatig op eitjes en rupsen. Controleer vooral de onderkant van de bladeren.

Uit 'Plant en Plaag'



Controleer je koolplanten regelmatig op eitjes en rupsen

ZEIST HET GROENE HART
VAN NEDERLAND

*Een mooi 2026 toegewenst.
Sta stil bij wat goed gaat, ook al is het klein.*



VAT ZEIST

Vereniging van Amateurs tuinders Zeist
Noordweg 5
3732 HT De Bilt

Redactie en vormgeving:
Henk van Boeschoten
E-mail: indecirkel@gmail.com

WWW.VATZEIST.NL



Nieuw en oud Nieuws

Een podcast 'Ruimte zat' waarin duidelijk wordt wat het belang is van volkstuinen.

In Utrecht kwam volkstuinvereniging 'Ons Genot' in verzet tegen plannen om hun terrein in Overvecht te vervangen door sportvelden. De discussie maakte duidelijk hoe groot de waarden van volkstuinen is: als groene oase, als plekken voor ontmoeting en gezondheid en als voorbeeld van groen in zelfbeheer. Zowel de Gemeente als de Tuinvereniging trekken lessen uit dit proces.

Te beluisteren via: <https://tinyurl.com/2b9ewaxk>

Waar komt toch die pompoen vandaan

De grootste pompoen te wereld woog in 2023 1.246 kg en werd gekweekt door de Amerikaan Travis Giener uit Californië.

Archeologische vondsten tonen aan dat pompoenen al duizenden jaren v.Chr. Werden gecultiveerd in Midden- en Zuid-Amerika.

Tijdens de ontdekkingsreizen van Columbus en andere Europeanen werd de pompoen naar het 'Oude Continent' gebracht. In Europa werd de vrucht snel opgenomen in de landbouw en keuken.

Het woord 'pompoen' is afgeleid van het Oud-Franse woord 'pompon'. Dit komt

van het Latijnse woord 'pepo' Het Latijnse 'pepo' is dan weer afgeleid van het Griekse woord "pepon of 'pepôn' en dat betekent 'grote meloen, gestoofd, gekookt of door de zon gerijpt'.

Het geslacht 'Cucurbita' omvat meerdere soorten, waaronder de reuzenpompoen (Cucurbita maxima) en de sierpompoen (Cucurbita pepo).

In de 19e eeuw onstond de traditie van Jack-o'-laterns, waarbij pompoenen werden uitgehold en voorzien van lichtjes, vooral rond Halloween.

Vandaag de dag is de pompoen wereldwijd een symbool

van de herfst en een geliefd ingrediënt in zowel hartige als zoete gerechten.

Samengevat:

De pompoen is dus een vrucht met een lange en veelzijdige geschiedenis:

- Oorsprong: Midden- en Zuid-Amerika, duizenden jaren v.Chr.

- Verspreiding: Naar Europa in de 16e eeuw via ontdekkingsreizigers.

- Gebruik: Voedsel, ruilmiddel, decoratie en cultuur (Halloween).

- Heden: wereldwijd populair in keuken en tradities.

Pompoen smaakt heerlijk met:

Zachte kazen zoals geitenkaas of feta, specerijen zoals kaneel, komijn, nootmuskaat, salie, gember, laurier en tijm. Noten en zaden zoals pecannoten of pompoenpitten. Frisse ingrediënten zoals limoen, appel of yoghurt. Ook in zoete recepten zoals pompoentaart of pompoen brownies.



De grootste pompoen ter wereld woog in 2023 1.246 kg