

NIEUWSBRIEF – juli 2026

Op het gazon van het zomergras wachten zoenen
Achter de struik met citroenvlinders zingt de wind

In de tuin van het vonkenvuur zwaaien lampions
Door het park van het gebroken hart loopt een liedje

In de hof van de vrolijke vogels vechten bloemen
Onder de haag van maneschijn bidden wormen

In de vijver van de mooie matroos drijft gouden regen
Op het tuinhuisje van de nacht vallen de sterren

Boven bomen van uitgeknipt papier bloost de maan
In het bloembed van de duizendschoon smelt de slaap

Jos van Hest

*Uit de reeks Dichter het themanummer: De Tuin
Uitgeverij Plint, Eindhoven 2024*

Open Tuinen Dag 5 juli 's middags in en om Huissen

Onze eigen Open Tuinen Dag is dit jaar op 5 juli in en om Huissen. Het is de commissie weer gelukt om 8 prachtige en gevarieerde tuinen te selecteren. En zoals andere jaren is er ook nu weer een fietsroute uitgezet zodat je alle tuinen kan bezoeken. Dus ga lekker op pad en laat je inspireren door al het moois wat tuinieren te bieden heeft!

De extra nieuwsbrief (met daarin de link naar de route) over de Open Tuinen Dag is al eerder verzonden maar zit nogmaals bij deze mail in de bijlagen. Ook staat hij op de website.

Terugblik workshop plukboeket maken

Een tijdje geleden nodigde mijn vriendin José mij uit voor een 'verrassingsuitje', alvast voor mijn verjaardag in juli. Ik was natuurlijk heel benieuwd, maar ze wist het geheim te houden! Zaterdag 20 juni was het zover.

In de auto onthulde ze dat we naar de Koninginnetuin in Heelsum zouden gaan voor een 'plukboeket workshop'. De prachtige grote Koninginnetuin lag in de mooie

Arnhem e.o.

bosrijke omgeving van Heelsum. Het was een zonovergoten dag; gelukkig zaten we onder een grote schaduwrijke kersenboom. We werden hartelijk welkom geheten door Marjo, de eigenaar van de tuin, met verschillende soorten kruidenthee, in diverse smaken, zoals drop, bergamot en chocola, en rabarbercake.

Na een rondleiding door de tuin konden we zelf een boeket plukken. We kregen leuke tips van Marjo, en konden alle bloemen in de tuin gebruiken! Ik vond vooral de verschillende kleuren korenbloemen erg mooi, en de leeuwenbek, ook in diverse tinten. De sfeer was gemoedelijk en gezellig; en ik had een zomers en bloemrijk verjaardagsuitje, met een feestelijk en uniek boeket op tafel als resultaat!

Liesbeth de Wolff, introducee



Aankondiging excursie naar de tuinen van A. Vogel 6 augustus

Er is steeds meer aandacht en interesse om onze gezondheid te ondersteunen op een natuurlijke manier. Dit had Alfred Vogel uit Zwitserland al jaren geleden ontdekt.

We gaan op excursie naar de ecologische tuinen van A. Vogel in 't Harde om te ontdekken hoeveel kracht er in de natuur zit.

Film en audiotour vertellen in de tuinen het verhaal over de kracht van planten. De rode zonnehoed is hierdoor wereldberoemd.

Arnhem e.o.

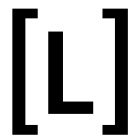
In de tuin is een blote-voetenpad voor wie dat wil ervaren. Ook zijn er fijne plekjes waar we kunnen picknicken, terwijl we genieten van de mooie omgeving en de geurende kruiden. Tot slot is er ook een terras bij het bezoekerscentrum waar je vers geplukte thee kunt drinken met iets lekkers erbij. Voor wie wil, zijn er A. Vogel producten voor de verkoop te vinden in het bezoekerscentrum. Voor wie dan nog iets meer wil, is er gelegenheid tot een extra fijne wandeling.



Dit is een excursie met eigen vervoer.

Datum: Donderdagmiddag 6 augustus
Tijd: 13.00 u vertrek
Verzamelen: Shell-station Bakenbergseweg 240 Arnhem
Kosten: Leden gratis, niet-leden 2 euro, reiskosten € 6,75, koffie/thee € 3,00
Aanmelden: Uiterlijk 3 augustus telefonisch bij Marjan van der Meij
Tel: 06-34547557

Aankondiging lezing en excursie in het kader van de Landschapstriënnale



landschapstriënnale

De Landschapstriënnale is een festival gericht op verleden, heden en toekomst van het Nederlandse landschap. Elke drie jaar landt de triënnale in een andere regio om daar de schijnwerpers te richten op specifieke opgaven, ontwikkelingen en thema's.

Van 9 t/m 20 september 2026 staan Arnhem en omgeving in het teken van de toekomst van ons landschap. De Landschapstriënnale 2026 neemt je mee in een bruisend festival vol inspiratie, verbeelding en verdieping, met als rode draad water!

Het hoofdpodium van deze editie is de stad zelf. Van daaruit stroomt het programma de stad en regio in, met tentoonstellingen, expedities, debatten, kunstprojecten, theatervoorstellingen en ontmoetingen op locatie.

Het thema 'Op Waterbasis' zet de urgente wateropgaven van vandaag en morgen centraal. Hoe houden we droge voeten bij hoosbuien en hoge waterstanden? Wat betekent verdroging voor natuur en landbouw? En hoe ontwerpen we landschappen waarin water ruimte krijgt én geeft?

Samen met ontwerpers, doeners, denkers, bewoners en beleidsmakers zoeken we naar frisse perspectieven op het waterlandschap van de toekomst. Voor iedereen die nieuwsgierig is naar morgen – en zin heeft in twee bijzondere weken in september 2026.

Arnhem e.o.

Activiteiten van Groei&Bloei

Samen met Groen Arnhem en Stadsgras organiseren wij een thema-avond op 14 september in de Molenplaats. Daarin zullen twee sprekers laten zien hoe het hele watersysteem in en om Arnhem in elkaar zit en welke uitdagingen daarbij horen. Ook gaan ze in op de relatie met onze eigen tuinen en buurten. Wat kan je daarin doen met water? Kortom, een boeiende avond waar je ook nog ideeën voor je eigen tuin kan ophalen.

Verderop in de week van de Landschapstriënnale gaan we op excursie om de informatie uit de thema-avond in de praktijk te gaan zien. We zullen een aantal tuinen bezoeken waarin op een creatieve manier wordt omgegaan met water. Van klein tot groot, we zullen oplossingen zien die wat (denk)werk vergen, maar ook maatregelen die je meteen zelf kan toepassen.

Zowel voor de thema-avond als voor de excursie moet je je tzt opgeven, daarover zullen we nog informeren. Beide zijn gratis toegankelijk voor iedereen.

Terugblik op dagexcursie

De dagexcursie ging dit jaar internationaal! Met een bus vol vertrokken we 13 juni naar België. In Merksplas bezochten we 'de Kleine Boerderij' waar we begonnen met koffie en taart om de 150^e verjaardag van de afdeling Nijmegen te vieren.

De naam 'De Kleine Boerderij' is wat verwarrend want bepaald klein was het niet echt met 8 hectare. In de tuin zijn in een parkachtige setting diverse plantencollecties verzameld zoals hortensia's, agapanthussen, magnolia's en daglelies. We kregen in twee groepen een uitgebreide rondleiding over het hele terrein; door het bamboebos met het prachtige insectenhotel, langs de fruitbomen en daarna door diverse plantencollecties.



Arnhem e.o.



Vervolgens reden we naar 'Mesenhof', de tuin van Eddy en Marion in Bergeijk. Na een brede oprit kwamen we in de heerlijk beschutte tuin aan. Borders op kleur rond een grasveld met daarin een prachtige kersenboom en kornoelje. Maar dat was het nog niet. Links de hoek om ging de tuin verder met weer mooie borders en verrassende doorgangetjes naar de verlaagde kas. Door een poortje kwamen we tot slot in het laatste deel van de tuin met in het midden een grote vijver met schiereiland. Rondom de vijver liep het graspad met aan weerszijde van alles te zien en te bewonderen.

Marion maakt graag bloemstukken en decoraties voor in huis. Veel van haar werk was binnen te zien en te koop.



Arnhem e.o.



De laatste stop van deze dag was in het buitengebied van Uden 'De Tuin onder de eiken'. Deze tuin lag deels aan een bosrand en deels aan de omringende landbouwgronden zodat je daar een mooi uitzicht had. De tuin straalt veel rust uit doordat hij zorgvuldig is ontworpen, veelal symmetrisch en herhaling van bepaalde soorten planten. De eigenaresse heeft een voorliefde voor engelenbeeldjes en oud gereedschap die her en der in de tuin te vinden zijn. Zoals we begonnen met vieren van de verjaardag van de afdeling Nijmegen zo eindigden we in deze tuin daar ook mee. Namens de afdeling Arnhem e.o. hebben we iedereen een glas alcoholvrije bubbels en wat hapjes aangeboden. Daarmee was het dubbel proosten na deze mooie dag; proost op de jarige afdeling en proost op weer een geslaagde dagexcursie van beide afdelingen!





Proosten op de jarige afdeling!

Uit de informatiekrant van de Alzheimer Stichting

Onderstaande tekst over de positieve effecten van tuinieren op je brein willen we jullie niet onthouden!

Tuinieren is meer dan alleen onkruid wieden. Het is een activiteit die lichaam én geest goed doet. Je bent in beweging, gebruikt je zintuigen, komt tot rust en soms ook in contact met anderen. Of je nu een grote tuin hebt, een paar bloempotten op het balkon, of naar een buurttuin gaat: tuinieren is breinvriendelijk!

1. Bewegen zonder dat je het doorhebt
Bij tuinieren gebruik je je hele lichaam: je buigt, reikt, tilt en loopt. Die beweging stimuleert je bloedsomloop, houdt je spieren soepel en helpt je hersenen actief te blijven. Het voelt vaak niet als sport, maar je bent wel degelijk goed bezig.
2. Je zintuigen worden geprikkeld
De geur van aarde, het voelen van bladeren, het zien van bloemen – tuinieren prikkelt je zintuigen. Dat houdt je hersenen alert en betrokken bij het hier en nu, en dat geeft rust én focus.
3. Buiten zijn vermindert stress
Frisse lucht, daglicht en contact met de natuur hebben een bewezen kalmerend effect op het brein. Het verlaagt je stressniveau. Tuinieren biedt dat dagelijks, op een natuurlijke manier.

Arnhem e.o.

4. Tuinieren geeft structuur en ritme

Planten verzorgen vraagt regelmaat: water geven, snoeien, zaaien of oogsten. Die structuur is prettig voor je brein. Het geeft je dag houvast en het gevoel dat je ergens voor zorgt.

5. Je leert steeds iets nieuws

Of het nu gaat om plantennamen, bloeitijden of hoe je stekt – tuinieren houdt je mentaal actief. Elke plant is anders, elk seizoen brengt nieuwe uitdagingen. Je blijft leren, zonder dat het voelt als 'studeren'.

6. Het verbindt je met anderen

Tuinieren doe je vaak alleen, maar het schept ook verbinding. Denk aan een praatje met de buur over de heg, samen zaaien in een moestuin of plantjes ruilen. Die sociale momenten zijn waardevol voor je brein.



Aankondiging onder voorbehoud: excursie naar Appeltern

De excursie-commissie is druk bezig om de excursie naar Appeltern voor te bereiden. Vooralsnog wordt dat zaterdag 25 juli maar dat is nog niet zeker en ook afhankelijk van het weer. Zodra het duidelijk is, zullen we jullie daarover informeren.

Landelijk bestuur van Groei&Bloei

Zoals jullie weten is er ook een Landelijk Bestuur voor onze vereniging. Sinds half juni is Veroniek daar lid van geworden. Ze gaat zich inzetten voor de verdere ontwikkeling van de vereniging o.a. op het gebied van fondsenwerving en projectmanagement. Daarnaast hebben alle bestuursleden ook een rol richting de rayons. Veroniek blijft overigens ook secretaris van onze afdeling en lid van een aantal commissies.

Arnhem e.o.

Website

De afgelopen jaren heeft Martin Keesen onze website beheerd. Martin geeft ook rondleidingen in Burgers Zoo en hij heeft aangegeven dat hij daar meer de focus op wil leggen. Daarom zal Veroniek vanaf nu het beheer van de website van hem overnemen. Marcus is nu druk bezig om de social media weer nieuw leven in te blazen maar mogelijk gaat hij vanaf volgend jaar (mede) het beheer van de website doen.

We willen Martin heel erg bedanken voor alles wat hij voor de website heeft gedaan, we hebben prettig samengewerkt. Veel succes met alle rondleidingen in de dierentuin!

Activiteiten van anderen

Open Tuinen Dag in Heelsum en Renkum op 4 juli

Afdeling Wageningen heeft op 4 juli hun Open Tuinen Dag gepland. Op de site vind je alle informatie hierover:

<https://wageningen.groei.nl/activiteiten/open-tuinen-dag-2026>

Hartelijke groeten,

Bestuur en commissies Groei & Bloei Arnhem e.o.

www.arnhem.groei.nl

info@arnhem.groei.nl



S kwadraat 06-21 42 64 55

Heibel met de heester?

Ruzie met de rozen?

SNOEIGOED SNOEIADVIES

- snoeien
- snoeicursus
- snoeiadvies
- tuinaanleg

www.s-kwadraat.net



Kwekerij en Tuin 'De Boschhoeve'

Vaste planten, voorbeeldtuinen, pluktuin en theeschenkerij.

Open: elke vrijdag en zaterdag 10.00 - 16.00 uur
Van 25 april t/m 3 oktober 2026

Boshoeve 3, 6874 NB, Wolfheze.
www.boschhoeve.nl

Arnhem e.o.

Lid worden van Groei&Bloei?

Dan is er nu de zomeractie. Nieuwe leden ontvangen het meest recente nummer van Groei&Bloei en als welkomstgeschenk een professionele metalen kasgieter. Verder krijgen nieuwe leden korting op het lidmaatschap tot het einde van het jaar. Deze beide kortingen gelden alleen als je je aanmeldt via www.arnhem.groei.nl . Bij aanmelden via www.groei.nl moet je kiezen tussen het cadeau of de korting.

