



Nieuwsbrief 3 voedselbossen Altena februari 2023



Terugblik

Landjesbezoek 24 september

Wat was het nat! Tijdens het landjesbezoek in Oudendijk bij Ron en Martie bleef de regen naar beneden komen. Maar gelukkig werden we warm en droog verwelkomt in de kas. Ron en Martie hadden hun eigen boomkwekerij, nadat zij hiermee gestopt zijn is die ondertussen flink uitgegroeid en verwilderd. Een prachtige plek om op ontdekkingstocht te gaan. Ondanks dat de bomen nooit zijn gepland als voedselbos, waren er allerlei paretjes te vinden, zoals walnoten, appels,

hazelnoten en judasoor (verderop in deze nieuwsbrief is hier meer over te lezen). Ook hebben Ron en Martie laten zien voor welke uitdagingen je komt te staan wanneer je bamboe plant. Het achterste gedeelte van het perceel is voor een gedeelte gerooid, hierdoor is er veel meer licht en ruimte dan in het voorste deel. Het voorste deel staat vol zaailingen, waar door het netwerk goed gebruik van is gemaakt, zie hieronder.

Na de ontdekkingstocht was er nog ruimte voor ontmoeting en kennisuitwisseling. Het was een zeer geslaagd en gezellig landjesbezoek.



Zaailingen afhalen

Zaterdagochtend 10 december was er de gelegenheid om de vooraf per mail bestelde zaailingen op te halen bij Martie en Ron in Oudendijk.



Tijdens het landjesbezoek op 24 september ontstond het aanbod om spontane zaailingen uit het bos te steken en te gebruiken voor de nieuwe initiatieven die de leden aan het uitwerken zijn. Van dit aanbod hebben 11 leden gebruikgemaakt! Daardoor zijn er ruim 40 zaailingen opgehaald die op een nieuwe plek de kans krijgen uit te groeien tot bomen in onze nieuwe voedselbossen. Zelfs voor voedselbos Goudriaan (van buiten ons gebied) zijn enkele zaailingen opgehaald.

Door de strakke planning en voorbereiding van Martie was er ook de gelegenheid elkaar nog even te spreken of te netwerken. Een hele klus om de soorten te labelen en uit elkaar te houden!

Het assortiment bestond o.a. uit walnoot, tamme kastanje, eik, meidoorn, acacia, vogelkers, bamboe en zoete kers.

Spontaan zijn er weer planten meegenomen voor de tuin van Ron en Martie.

Een mooi voorbeeld hoe we elkaar en ons netwerk verder aan het versterken zijn.



Wij zijn aangenaam verrast door deze ochtend en de vorderingen die gemaakt zijn op veel landjes. Ook zijn er weer een aantal nieuwe ontwikkelingen in gang gezet en bijgekomen (waar we komend jaar zeker meer over kunnen delen).

Complimenten voor de regie van dit mooi en geslaagd initiatief. Martie en Ron bedankt!
Deelnemers succes met de nieuwe aanplant!

Agenda

- **23 februari** ALV Altenatuur in Fort Giessen vanaf 20:00 uur. Na de pauze vertelt Wijnand Veth over voedselbossen.
- **25 maart inspiratiemiddag “succesvol voedselbos starten”** van 12.30 tot 17.00 uur op fort Giessen. De kosten voor de middag zijn € 10,00 per persoon. Deze zijn zo laag dankzij een bijdrage vanuit Altenatuur. Bij minder dan 20 deelnemers kan de middag niet doorgaan. Geef je dus op **voor 1 maart**. Betalen kan contant bij aanvang van de middag. Meer informatie vind je verderop in de nieuwsbrief.
- **Dubbel landjesbezoek zaterdagmiddag 1 april**
Het landjesbezoek is deze keer in Almkerk aan de Brugdam 1 en de Emickhovensesteeg (ongenummerd) bij “Hof van Heden”.
We starten om 13.30 uur aan de brugdam in de tuin waar Wijnand is opgegroeid.
Deze langgerekte kade langs de Alm bestaat uit verschillende delen: moestuin, boomgaard met authentieke appel- en oude perenbomen.
Ook staan er veel stikstof bindende knotwilgen (voor de stook) houtproductie en de beschutting.
Het thema deze middag is “de kruidlaag” met vele interessante soorten stinzen (planten die de afgelopen 40 jaar zijn verwilderd en die bloeien in de periode februari tot mei).

Daarna lopen we (10 min) naar “ Hof van Heden” (van Ben en Anika) zij willen ons meer vertellen en laten zien, over het initiatief dat ze hebben opgestart, met hun permacultuur inspiratie tuin en verkooppunt.

Parkeren is handig achter “het Verlaat” en via het bruggetje linksaf de Almkade te volgen, 4 min lopen naar de bestemming op Brugdam 1.

Aanmelden voor 25 Maart

Aan de slag

Inspiratiemiddag ‘Succesvol voedselbos starten’

Het opstarten van een voedselbos lijkt simpel maar voor een succesvol voedselbos is er meer nodig dan alleen een goed ontwerp en de aanplant de juiste bomen en struiken. Voor een succesvol voedselbos is het van belang om eerst een goed plan te hebben voordat je aan ontwerp of de aanplant begint. Het ontbreken van een goed plan is wat er vaak ontbreekt en waardoor veel voedselbossen minder succesvol zijn dan ze zouden kunnen zijn.



Op deze inspiratiemiddag laat Liesbeth van Bommel van Voedselbos Benthuizen en Start Voedselbos zien hoe je kunt komen tot een concreet en realistisch plan. Met aandacht voor alle aspecten zoals financiering, verdienmogelijkheden, juridische aspecten enz. En ze laat zien hoe je van een goed plan tot een goed ontwerp kunt komen.

Bij haar presentatie maakt Liesbeth gebruik van haar eigen kennis en ervaring bij het opzetten van Voedselbos Benthuizen, haar achtergrond als senior beleidsadviseur en haar deelname aan de landelijke Green Deal Voedselbossen.

In het programma is verder veel ruimte voor het stellen van vragen en onderlinge uitwisseling.

Programma onderdeel	Tijd
Inloop met koffie en thee	12.30 – 13.00
Start en korte introductie	13.00 – 13.10
Presentatie over fasering in de start van een voedselbos en opzet plan.	13.10 -13.45
Vragen naar aanleiding van presentatie	13.45 -14.15
Pauze voor onderlinge uitwisseling	14.15 – 14.45
Presentatie over juridische aspecten en verdienmogelijkheden enz.	14.45 – 15.30
Korte vragenronde	15.30 – 15.40
Onderlinge uitwisseling in groepjes	15.40 – 16.20
Bevindingen uit de groepjes	16.20 – 16.40
Rondvraag en afsluiting	16.40 – 17.00



Monitoren

Met de komst van nieuwe voedselbossen groeit naar verwachting ook de biodiversiteit. Om dit aan te kunnen tonen is het van belang dat er aan monitoring wordt gedaan.

Wat is monitoring?

Kort gezegd het waarnemen en registreren van vogels, insecten en zoogdieren. Het is belangrijk omdat daar de grootste veranderingen al snel waarneembaar zijn. Daarnaast zou je ook de groei van je bomen kunnen meten met een meetlint. Dit zegt iets over de hoeveelheid CO₂ die er in wordt opgeslagen. Tot slot kun je ook de bodem monitoren door een kuilmeting, ook dit is heel interessant. Daar ga ik nu niet verder op in, maar mogelijk gaan we dan nog een keer doen met een landjesbezoek.

Hoe doe je aan monitoring?



Je doet een opname in eenzelfde jaargetijde, op een gelijke tijdseenheid, bij normaal weer. Tijdens deze opname schrijf je alles op wat je ziet lopen, vliegen (eventueel met kijker) en hoort. Je kunt hier ook de app Obsidentify bij gebruiken (maar een foto maken is vaak best lastig).

Om een mooi beeld te krijgen zou een telling in elk seizoen al geweldig zijn. Afhankelijk van de perceel grootte, kun je vanaf een vaste plek je waarneming doen, of juist een vaste route lopen over het perceel.

Een andere methode is nieuwe soorten noteren, wanneer je die waarneemt.

Wat doe je met de gegevens?

Je kunt de site waarneming.nl gebruiken, dan worden de gegevens gebruikt voor onderzoek wereldwijd. Voor jezelf aantekeningen maken in een schrift is ook leuk, maar die kun je niet zo makkelijk delen met anderen. Door het waarnemen ontdek je veel nieuwe soorten en vergroot je ook je persoonlijk kennis en interesse.



Spot je zelf een bijzondere soort? Deel het via de nieuwsbrief.

Op de site: "[voedsel uit het bos](#)" vind je meer informatie over monitoren en kun je je eigen account maken om je data te delen.

Uitgelicht

De oren van het voedselbos

Echte Judasoor. Is deze paddenstoel die vaak op vlieren voorkomt nou echt eetbaar, of is dat een leugen?



Auricularia, ook wel woudoor, houtoor of geleioor genoemd, is een eetbare paddenstoel die veel wordt gebruikt in de Aziatische keuken. De paddenstoel heeft een unieke, leerachtige textuur en wordt vaak gebruikt in soepen, roerbakgerechten en andere gerechten om een subtiele, aardse smaak toe te voegen. Maar het is niet alleen de smaak die Auricularia tot een interessant ingrediënt in de keuken maakt. De paddenstoel heeft ook een aantal gezondheidsvoordelen die hem tot een waardevolle toevoeging aan een voedselbos maken.

Een van de meest opvallende voordelen van Auricularia is het hoge vezelgehalte. De paddenstoel is rijk aan zowel oplosbare als onoplosbare vezels, die kunnen helpen de spijsvertering te reguleren en constipatie te voorkomen. Dit maakt het een ideaal ingrediënt voor mensen die hun darmgezondheid willen verbeteren. Je vindt hem daarom vaak in voedingssupplementen winkels voor zo'n €100 per kilo.

Een ander interessant aspect van Auricularia is dat het een bron is van plantaardig collageen. Collageen is een eiwit dat essentieel is voor de gezondheid van onze huid, haar en nagels. Naarmate we ouder worden, produceert ons lichaam minder collageen, wat kan leiden tot rimpels, fijne lijntjes en dunner wordend haar. Door Auricularia te eten, kunnen we het collageen in ons lichaam aanvullen, wat kan helpen om de gezondheid en het uiterlijk van onze huid, haar en nagels te verbeteren.

De Echte Judasoor is een geweldige toevoeging aan een voedselbos omdat ze makkelijk te kweken is. De paddenstoel groeit goed in verschillende omgevingen, op dood hout of in composthopen. Het kan ook binnenshuis worden gekweekt in een gecontroleerde omgeving.

Tips

- Wil jij een perceel landbouwgrond rond jouw huis of boerderij in het buitengebied mooier maken door het aanplanten van streekeigen beplantingen, het inzaaien van bloemrijke randen, de aanleg van een kikkerpoel of voor kleinschalige natuurontwikkeling in het algemeen? Het Groenloket kan je adviseren over aanleg en beheer én over subsidiemogelijkheden.

Subsidie of advies nodig? De provincie Noord-Brabant heeft diverse subsidieregelingen met bijbehorende adviseurs voor grondeigenaren die het landschap mooier willen maken. Om je snel inzicht te geven in de subsidiemogelijkheden op jouw perceel vind je [hier](#) een handige kaart van Brabant waarop je op perceelniveau de subsidiemogelijkheden kunt bekijken.

- [minibos in je tuin](#), een boek over tiny forests. Auteurs Daan en Maarten geven de lezer een kijkje achter de schermen en laten zien hoe dit stadsbosje uitgroeide tot een boom van een beweging.

Ga mee op reis en dompel jezelf onder in de wereld van de stadsnatuur en alles wat daarbij komt kijken.

‘Een Tiny Forest is een inheemse minibos ter grootte van een tennisbaan.

Het is een prettige plek voor vlinders, vogels, bijen en kleine zoogdieren én voor mensen.

Kinderen leren in het buitenlokaal over de Nederlandse natuur en buurtbewoners ontmoeten elkaar op een prettige en gezonde plek’.

- 

Delen

plattegrond voedselbosinitiatieven in Altena

De kopgroep merkt dat er veel initiatieven zijn rondom de realisatie van voedselbossen of eetbare structuren en daar worden we erg blij van. We krijgen ook regelmatig de vraag waar al die initiatieven plaatsvinden. Een deel weten we zeker te plaatsen, maar een groot deel ook niet. We

zouden het fijn vinden wanneer jullie je eigen initiatief aan ons doorgeven via voedselbossenaltena@gmail.com geef dan het volgende door: adres, korte beschrijving, grootte van perceel, eventueel contactgegevens (bijvoorbeeld website). Deze zetten we dan in ons [voedselbossenkaartje](#).

Voedselbos Nutriëntrijk (in wording)

Ons eigen voedselbos was al een aantal jaren onze droom, maar een plek daarvoor vinden bleek lastig. We wilden wat meer grond, maar geen villa daarop. Na lang zoeken, kwamen we bij ons huidige huis in Dussen, waar we sinds afgelopen augustus wonen. Onze tuin van ruim 0,6 ha bestond uit twee delen. De ene helft was een ooit aangelegde siertuin, met veel eiken, taxus, 2 betonnen vijvers en een verstopt zwembad. Verstopt als in: gewoon volgestort met zwarte grond. De andere helft was ingericht voor paarden, met veel worteldoek en drainage. In het najaar is dit alles gesaneerd. Nu hebben we een omgegraven tuin, met nog een tiental bomen,



waaronder stoofperen, appels, walnoten en elzen. Na de graafwerkzaamheden hebben we winterrogge gezaaid, die net voor de vorst nog is opgekomen en hopelijk gedurende de winter rustig verder wortelt. Ten tijde van deze nieuwsbrief zijn we als het goed is aan de randen een struweelhaag van bosplantsoen aan het aanplanten, om ons toekomstig bos tegen de wind te beschermen. In het voorjaar zaaien we een dekgewassenmix van 15+ soorten om het herstel van onze grond echt op te starten, zodat we in het najaar onze eerste fruitbomen en -struiken kunnen planten.

De 'we' hierboven zijn Cindy en Stefan, met ons vijfjarige zoontje Bram. Onze droom van een eigen voedselbos komt mede voort uit Bram willen leren waar gezond voedsel vandaan komt. Cindy werkt als adviseur in de zorg en is daarnaast mede-eigenaar van het bedrijf Ainar, dat een app heeft ontwikkeld tegen prikangst. Stefan werkt als adviseur voor de overheid en heeft daarnaast recent een eigen bedrijf, SoilGecko, opgericht. Van daaruit adviseert hij over



bodemregeneratie: het terugbrengen van (micro-)organismen in de bodem, gebaseerd op het bodemvoedselweb (soil food web) gedachtegoed van Elaine Ingham. Hiervoor volgt hij een opleiding aan de Soil Food Web School, waar het leren maken van biocomplete compost(extracten) en het uitvoeren van bodemmicroscopie-analyses onderdeel is. Mocht je interesse hebben, dan vertelt Stefan graag meer over de voordelen van een werkend bodemvoedselweb, zoals een goede nutriëntcyclus, waterretentie, plaagremming, onkruidonderdrukking en nog veel meer.

We zien jullie graag bij de volgende bijeenkomst. Mocht je eerder contact willen, dan kun je ons bereiken via stefannieuwenhuijsen@gmail.com.

Hartelijke groet,
Cindy, Stefan en Bram

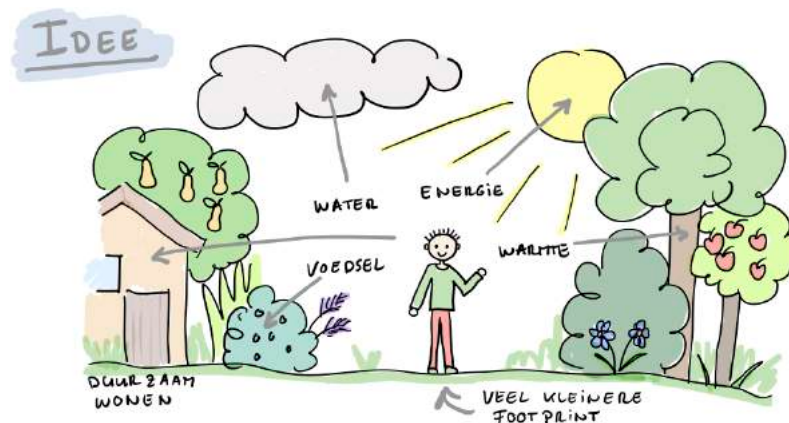
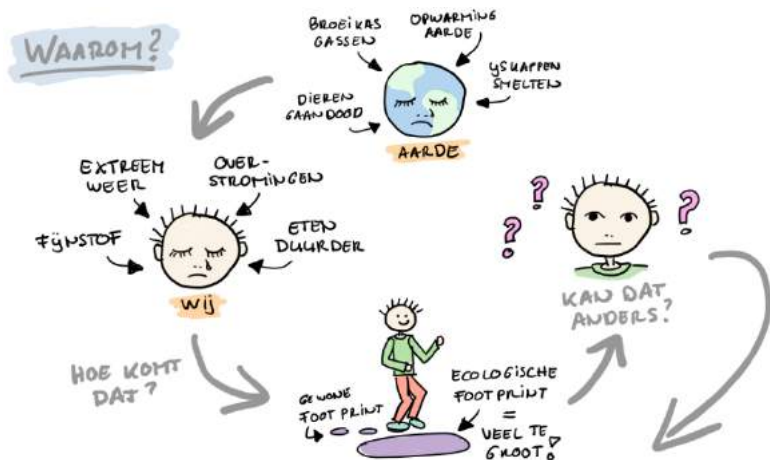
Twee ingenieurs die (voedselbos)boeren willen worden

Tussen Werkendam en Sleenwijk aan de dijk staat een huis. Niet een heel bijzonder huis, geel met rode steentjes en het heeft de vorm, precies zoals een kind een huis tekent.. Het is 2009, wij zijn in verwachting van ons derde kind en plots komt dit huis waar wel een extra slaapkamer in zit, naast het ouderlijk huis van de toekomstige vader te koop. Wij hadden al eens gevraagd aan de burens of, als ze het huis ooit te koop zouden aanbieden, we dan een bod zouden mogen doen. En ja hoor, we werden als eerste gebeld en met een week of twee was de verkoop rond.

Ik vergeet helemaal om ons voor te stellen. Wij zijn Anneke en Ianus Keller, we hebben dus 3 kinderen. Anneke geeft leiding aan de IT afdeling van bedrijven (bijvoorbeeld Coolblue, Jumbo en Wehkamp) en Ianus is industrieel ontwerper, wetenschappelijk onderzoeker en geeft les op de Technische Universiteit in Delft.

Wat waren we blij met ons nieuwe huis! Niet alleen was het groot genoeg voor ons gezin en naast de ouders van Ianus (Jaap en Erica Keller) - wat heel fijn is als je beide werkt met 3 kinderen - maar er zat ook flink wat land bij. In totaal zo'n 3 hectare.

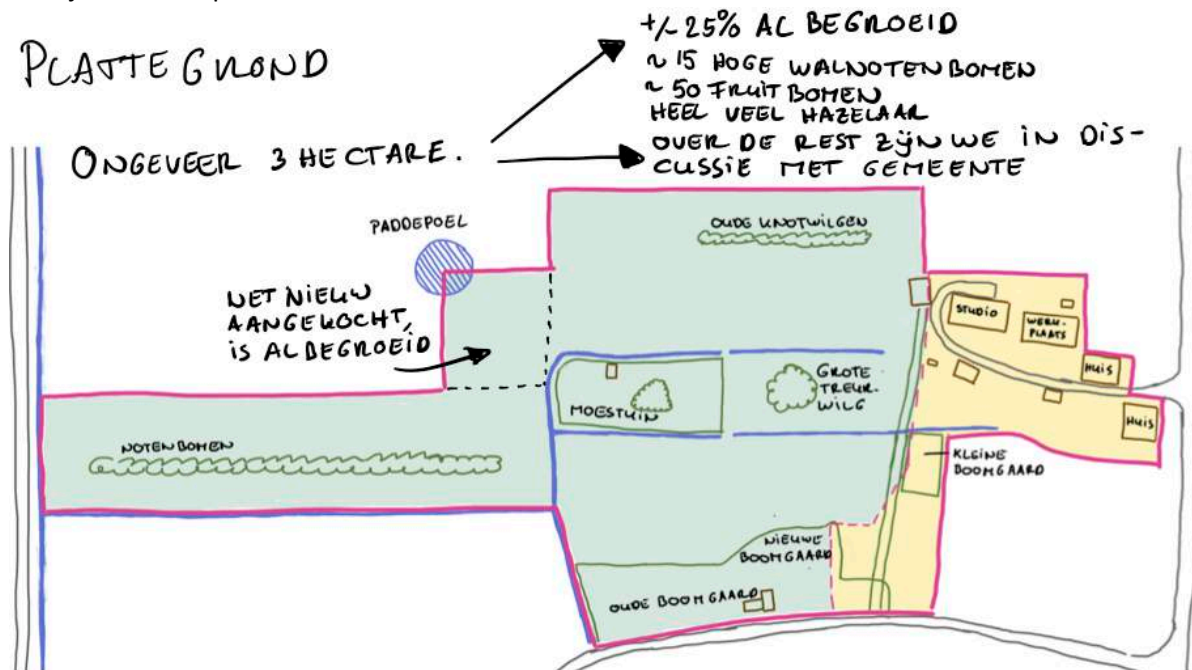
Inmiddels heeft ons huis een transformatie ondergaan, de geel/rode buitenkant is stevig geïsoleerd en met zwart hout bekleed. Alle ramen zijn dubbelglas, het huis is van het gas af en wordt verwarmd met een warmtepomp. Het asbest dat op alle daken van de bijbehorende stallen zat is vervangen en inmiddels liggen er ook 65 zonnepanelen op. Als rechtgeaarde Delftse ingenieurs pakken wij alle technische middelen aan om zaken te verduurzamen. Dat lukt misschien met een huis, maar onze grond, dat is een ander verhaal.



Onze burens, Jaap en Erica hebben een fantastische moestuin achter hun huis, het hele jaar rond eten ze daarvan. Dat is fantastisch en zeer duurzaam, maar vereist ook de nodige kennis, inzicht en vooral zeer veel tijd. Nou mogen we vaak mee eten, maar eigenlijk willen wij ook graag het een en ander zelf verbouwen. Maar ja, wij weten best wat van

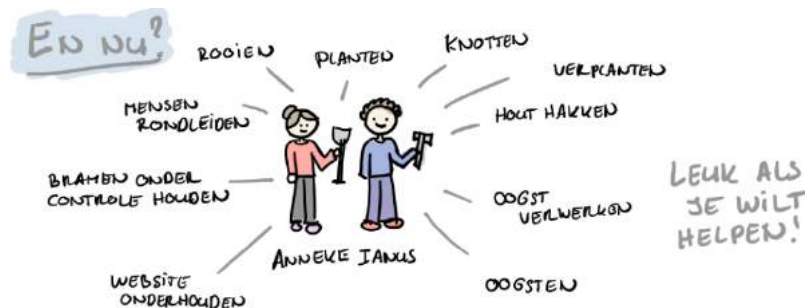
technologie zaken, we weten nog weinig van het verbouwen van groenten en fruit. Bovendien zoeken we naar een vorm die past bij de hoeveelheid tijd die we hebben en willen we net zo circulair en energiebesparend te werk gaan als we met ons huis hebben gedaan.

Het initiatief van Altenatuur om in te zetten op voedselbossen past daarom heel goed bij ons. Zo kunnen we in een continue proces, zonder steeds te ploegen, onkruid te wieden en in grote hoeveelheden te oogsten, toch beplanting hebben die zowel de bodem helpt opbouwen, de stikstof opslaat en waarbij oogsten meer plukken is. En alhoewel het in de eerste jaren best wat tijd zal vergen, wordt dat na een aantal jaren minder. Ook hebben we veel plezier gehad van de hele gemeenschap rondom voedselbossen in Altena en we zien nu al dat er best veel mensen zijn die een handje willen helpen.



Inmiddels hebben we plannen om al onze grond om te gaan zetten naar een voedselbos. Dat noemen we KeKe46 (**K**eller, **K**erkeinde **46**). Wij denken dat snel te kunnen doen, omdat er op de grond achter ons huis al vrij veel volwassen bomen staan. Ongeveer een kwart van het land is al begroeid met hoogstam fruitbomen, walnoten, hazelaars en nog allerlei andere bomen. We hebben elk jaar al een flinke oogst aan appels, peren, pruimen en walnoten. Met hulp van onze klimaatburgemeester Wijnand Veth en heel veel boeken en artikelen van internet hebben we onder deze bomen al zoveel mogelijk struiken en ander lage aanplant die horen in een voedselbos geplaatst. Het begin is er. We kunnen eigenlijk niet wachten tot de lente omdat we zo benieuwd zijn of alles aanslaat!

We zijn nog niet echte voedselboeren en de tijd dat we volleerd zijn zal nog even duren, maar we hebben veel bijgeleerd in de laatste maanden en we zijn vol goede moed om er een prachtig project van te maken. Het is heel fijn om te merken dat er mensen zijn die willen komen kijken, meehelpen en misschien zelf ook iets dergelijks willen doen.



Als je meer van ons wilt weten of misschien ook wilt komen helpen, dan kan je een keer langskomen op een van de activiteiten die we organiseren, kijk dan even op KeKe46.nl. Op de website kan je ons huidige plan downloaden. Of misschien wil je op onze email lijst, dan

krijg je regelmatig een update in je mail. Laat even weten via info@keke46.nl.