

# In onze Knollentuin



Volkstuindersvereniging Arnhem - jaargang 35 - nummer 2 - zomer 2013



## OPROEP: Project Roofgarden zoekt Muntplanten

Maarten van der Wolf van project Roofgarden zoekt zoveel mogelijk soorten muntplanten om in kistjes op het dak van parkeergarage Velperpoort neer te zetten. Op de Kweek (rondom KW 40) hebben meerdere mensen al muntplanten gedoneerd. Hij heeft heel veel muntplanten nodig. Ook andere kruiden zijn welkom, zolang ze maar niet te diep wortelen. Gezien de dunne teeltlaag.

Maarten kan op de diverse complexen lege kistjes afzetten en later gevuld weer ophalen, maar het is ook mogelijk om het kistje op 14 juni of op 15 juni bij de opening gevuld en wel zelf naar Roofgarden te brengen.

Het is sowieso leuk voor iedereen die van tuinieren houdt om het project te bezoeken.



**ROOF  
GARDEN  
ARNHEM**



## Alvast voor de agenda: Stekjes Ruilbeurs

### In het najaar organiseert onze vereniging weer een plantenstekjesruilbeurs

voor eigen leden. Bewaar dus uw stekjes, scheuten, zaden voor zaterdag 12 Oktober. Locatie: complex Parkweg op de parkeerplaats aan de kant van het Rijnstate ziekenhuis. Tijd: van 11.00 uur tot 13.00 uur. Koffie en thee staan klaar!

## In deze "In onze Knollentuin"

- voedselbank Arnhem
- regenwater opvangen
- [roofgardenarnhem.nl](http://roofgardenarnhem.nl)
- voedselzandloper boekbespreking
- aanhanger, bouwen en onderhoud
- zomeruitjes
- nieuw! QR-codes



### Van de voorzitter

Tussen schrijven, aanleveren bij de redactie en verschijnen liggen ongeveer 14 dagen. Ik hoop van ganser harte dat u wanneer u dit leest, eindelijk de zomerkleren kunt dragen! Na een koude winter, een te koud en nat voorjaar is de langverwachte (meteorologische) zomer nog steeds niet begonnen.

Dat zonlicht en aangename temperaturen goed zijn voor ons welbevinden, is algemeen bekend. Maar ook onze tuinen hebben zon en warmte nodig. Ik hoor tuinders klagen dat hun net gelegde bonen zijn weggespoeld en dat zij opnieuw aan het werk moeten. Sterkte!

De jaarvergadering van 25 maart j.l. werd matig bezocht. Hoe komt dat toch, zo vragen wij ons af. We namen afscheid van Ton Rietbergen die gedurende zes jaar nauwkeurig de financiën van de vereniging heeft beheerd en als zijn opvolger werd Anjo de Jong benoemd. Saskya Kamps ondersteunt het bestuur en vooral de secretaris, wij zijn blij met haar komst.

Tijdens en na de ledenvergadering was er veel ruimte voor discussie, we hadden bewust geen spreker uitgenodigd. Er werd gesproken over vandalisme en inbraken, er is een werkgroepje samengesteld die zich daarmee bezig gaat houden. Het betekent wel dat u inbraak en vernieling moet melden bij het secretariaat, anders is het onmogelijk om een goed overzicht te krijgen. Verder werd er onder meer gesproken over bomen en groenafval.

In de vergadering meldde ik ook dat de Voedselbank Arnhem blij is met uw al dan niet overvloedige opbrengsten van de tuin. In dit nummer kunt u er meer over lezen. Het bestuur hoopt dat u veel mensen die van de Voedselbank gebruik moeten maken, blij kunt maken.

Tijdens de jaarvergadering is ook gemeld dat de gemeente van plan is de Bosweg af te sluiten voor gemotoriseerd verkeer. De complexen Kweek en Bosweg kunnen dan alleen vanaf de zijde van de Rosendaalseweg bereikt worden; de nu afgesloten weg bij de school wordt overigens weer opengesteld. De complexen blijven dus per auto bereikbaar.

De Biologische Tuinvereniging Elderveld heeft sinds een aantal jaren zogenaamde seniorentuinen. Dit zijn kleine tuinen van ongeveer 50 m<sup>2</sup>, bij elkaar gelegen. Oudere tuinders die een grote tuin niet meer aankunnen, kunnen op deze manier toch nog blijven tuinieren. De bedoeling is ook dat men elkaar helpt en ondersteunt. Ons bestuur vindt dit een sympathieke gedachte. Aan u de vraag of u ons wilt laten weten of u dit een optie vindt, misschien niet nu, maar later, zodat wij in het najaar een paar vrijkomende tuinen kunnen gaan opsplitsen in kleine perceeltjes. Laat ons weten svp wat u hiervan vindt!

Jan Boenders, complexvertegenwoordiger van de Parkweg, heeft aangegeven volgend jaar om persoonlijke redenen zijn functie te willen neerleggen. Als u interesse heeft in deze functie of als u iemand kent, meldt u het dan. Er is een taakomschrijving beschikbaar, wij kunnen u die toesturen als u zich wilt oriënteren.

De secretaris vraagt aandacht voor het vermelden van uw complex en tuinnummer bij correspondentie. Dit geldt ook voor eventuele telefoontjes naar het bestuur via de verenigingstelefoon. Het wordt anders lastig zoeken voor ons.

De gemeente zal evenals vorig jaar niet bijdragen in het verwijderen van groenafval. Het bestuur hoopt dat er dit najaar toch een gelegenheid zal zijn om groenafval te helpen verwijderen. Als dit plan doorgaat, leest u er meer over in het Herfstnummer.

Voor nu wens ik u namens het bestuur een goede zomer toe!

Hartelijke groet,

Dirk Gaasbeek, voorzitter



### Verse groente van VTV-Arnhem voor klanten Voedselbank

Ruim achthonderd huishoudens krijgen wekelijks een voedselpakket van de Voedselbank Arnhem. Dat betekent dat bijna 2.000 personen in Arnhem en directe omgeving iedere week een (gratis) aanvulling krijgen op het eten dat ze voor zichzelf en hun gezin moeten kopen.

Dat worden er door de aanhoudende crisis alleen maar meer. De druk op de Voedselbanken in Nederland voor meer eten neemt daardoor toe. En dat terwijl er door diezelfde crisis veel voedselproducenten en supermarkten steeds beter uitkijken wat ze inkopen en/of produceren waardoor ze zo min mogelijk overhouden. Waardoor er dus minder naar de Voedselbanken gaat.



Werkgebied Voedselbanken Nederland, regio Arnhem voor uitgifte van pakketten

Het aanbod van de Volkstuindersvereniging Arnhem om verse groente te leveren aan de Voedselbank is dan ook met dankbaarheid aanvaard. Ook al omdat verse groente door de beperkte houdbaarheid normaal gesproken niet wordt aangeboden in voedselpakketten. Door goede afspraken te maken over trans-

port en levering bekijken de VTV Arnhem en de Voedselbank of ze kunnen samenwerken. Voorzitter Dirk Gaasbeek van de Volkstuindersvereniging: “We spelen al langer met de gedachte om samen te werken met de Voedselbank. In korte tijd hebben we veel verse groente. Niet alle leden hebben een groot gezin of willen



het inmaken. Waar laat je dat dan? We produceren niet om het weg te gooien.”



Tuinders die groenten over hebben kunnen de spullen iedere woensdag en donderdag tussen 9.00 en 16.00 uur naar het distributiecentrum van Voedselbank brengen aan de Bruningweg 7 in Arnhem. Bij voorkeur gewassen (niet gesneden of bewerkt in verband met de houdbaarheid!) en in kratten of goed stapelbare dozen. De kratten kunnen eventueel van de Voedselbank geleend worden. Bij aankomst moeten de spullen aangemeld worden bij iemand op het kantoor. Daar wordt genoteerd wie er wat brengt. Eventueel helpen zij met het uitladen van de groente. Die gaat meteen de koeling in om op vrijdag direct doorgegeven te worden aan klanten van de Voedselbank.



Uitgifte op vrijdag bij de Voedselbank Arnhem

Meer informatie over de samenwerking bij voorzitter Dirk Gaasbeek van de VTV Arnhem of secretariaat@volkstuintarnhem.nl, tel. 06-25200436.

Meer informatie over de levering van groente bij het distributiecentrum van de Voedselbank: voedselaanbod@voedselbankarnhem.nl, tel. 026-3515317.



Geen groenten over? Een donatie mag ook! Scan de code.



## Eigen regenwater eerst!

Veel tuinbezitters doen het al, maar lang niet iedereen vangt regenwater op voor gebruik op de tuin. En dat terwijl je daarmee het milieu, je portemonnee en je plantjes een plezier doet. Want regenwater voorkomt gebruik van kostbaar drinkwater, kost niets en je plantjes krijgen natuurlijk water op de juiste temperatuur.

Voor mijn tuin was het relatief eenvoudig, want mijn schuurtje beschikte al over een hemelwaterafvoer en een – kunststof regenton. Het nadeel was de grote afstand die ik met gieters moest overbruggen van boven in de tuin, waar de regenton staat, en het onderste tuinvak. Bewoners van de Burgemeesterswijk hielpen een handje, want daar ontdekte ik een grote kunstovijver bij het grofvuil. Deze heb ik als stadsjutter 's avonds opgehaald – hij paste met de smalle zijde net in de achterklep van de auto- en over de heg langs de parkweg in mijn tuin gekieperd. Gokte ik, want het was lastig in het donker mijn tuin te lokaliseren.



...of deze beesten dan ook in de vijver komen kijken?...

De vijver ingraven was een eitje. Wel moest ik me nog door wat verbrand afval heen werken: de onderkant van de tuinen hebben in vroeger jaren als mini-stortplaatsjes gediend. Daarna heb ik met bevriend hovenier en afkoppel specialist Piet Nienhuis de verbinding gelegd tussen de regenton en de 30 meter verder en ongeveer 1,5 lager gelegen vijver.

Op de regenton plaatsen we een overlooppijpje: als de ton vol is loopt het water automatisch in de rioleringspijp. Die hebben we vervolgens onder het stoepje lang de erfafscheiding naar de vijver ingegraven. Halverwege bevindt zich het kraanwater tappunt van mijn tuin en die van de burens. De afvoer van het aanrecht kreeg een rechtstreekse aansluiting op het rioleringsstelsel: ook



dit restwater verdwijnt in de vijver. Nu beschik ik over twee royale waterbuffers. Met een keer scheppen heb de gieter vol en kan ik in langdurig droge periodes, zoals in april dit jaar mijn oogst redden. Voor de mollen, muizen en kikkers die in de vijver komen heb ik een ecologische verbindszone met de vaste wal gecreëerd. De arme bestjes konden op eigen kracht wel in maar niet uit de



vijver komen. Hun redding zijn met portobellos geente stammetjes die door de vorige tuinbezitter zijn achtergelaten maar nooit paddelstoelen opleverden. Tot dat ik ze in de vijver kieperde: handenvol mooie portobello's! Meer info of hulp bij jou afkoppelwensen? Nienhuis Hoveniers 026 443 9613

Chris Verhoeven

Zie ook mijn column over water:  
<http://www.nederlands.nl/nedermap/dagcolumn/dagcolumn/133213.html?zoekresultaat=ja>  
of scan de code!



Scan de code om direct naar de column over water te gaan.

Kijk op [play.google.com](http://play.google.com) (Android), [itunes.apple.com](http://itunes.apple.com) (iPhone), [www.windowssphone.com](http://www.windowssphone.com) (Windows), [store.ovi.com/](http://store.ovi.com/) (Nokia) voor een passende QR-Scanner

## EET VEEL MEER GROENTEN

### en minder piepers en brood

Bij toeval kwam een boekje De Voedselzandloper "over afvallen en langer jong blijven" op mijn tafel terecht, geschreven door Kris Verburgh, een jonge Vlaamse arts en onderzoeker naar veroudering. Na alle onzin van Montignac, Atkins en in mindere mate Sonja Bakker was dit het eerste boekje dat mij vertrouwen inboezemt wegens de gedegen goed onderbouwde aanbevelingen. Het geeft mij meer inzicht in het effect van voedsel op ons lichaam.

Zijn uitgangspunt is de vraag hoe je zo gezond mogelijk oud wordt en huldigt de stelling dat het merendeel van de ouderdomsziekten als reuma, diabetes type 2, hart- en vaatziekten, oogaandoeningen en hersenziekten als alzheimer veroorzaakt worden door een verkeerd eetpatroon. Zelfs de kans op kanker is volgens hem te beïnvloeden door het voedselpatroon. Als je zijn aanbevelingen volgt val je ook automatisch af. Ik vond het boekje zo belangwekkend dat ik er dit artikeltje aan wijd en ik met mijn vrouw probeer zo goed mogelijk, met een paar kleine zonden die we ons veroorloven, zijn aanbevelingen op te volgen.



Het boek gaat diep in op koolhydraten, vetten en proteïnen en nog een heleboel andere zaken. Koolhydraten zijn suikers maar ook zetmeel dat beide door de spijsvertering wordt omgezet in glucose, het bloedsuiker. De glucosemoleculen worden via de bloedbaan opgenomen in de lichaamscellen. Insuline is nodig om de celwand te openen. De alvleesklier scheidt insuline af naar behoefte: de hoeveelheid glucose in het bloed. Een stijgend glucose- en insulinegehalte leidt tot meer IGF, een groeihormoon dat er voor zorgt dat er meer lichaamsweefsels gaan groeien en ontwikkelen. Gebleken is dat dieren naarmate ze meer glucose binnen krijgen en veel insuline en IGF produceren, ze sneller verouderen. Het verhoogt de kans op onder andere kanker, diabetes, spierpijn en vochtophoping. Er worden nog veel meer argumenten aangedragen om aan te geven dat koolhydraten een ravage in het lichaam kunnen veroorzaken. Verbanden worden gelegd met de nieren en met auto-immuunziekten zoals reuma. Kortom koolhydraten (suikers en zetmeel) in de huidige grote hoeveelheden zijn killers. Opgemerkt wordt dat te weinig glucose zoals bij het Atkins-dieet absoluut niet gezond is; een zekere hoeveelheid koolhydraten en dat dan van het trage type zoals peulvruchten zijn noodzakelijk. Snelle koolhydraten zoals suiker in frisdranken, fabrieksmatige vruchtensappen en allerlei fabrieksproducten zijn helemaal fout.

Koolhydraten zitten in suikers, aardappelen, graanproducten en rijst. Dat betekent geen (of in ieder geval veel minder) piepers en brood. Gebakjes, koekjes e.d. zijn, misschien op een sporadisch verjaardagsfeestje na, helemaal taboe. Als je toch een enkele boterham wilt dan geen wit geen bruin maar volkorenbrood, niet met jam maar met een plakje kaas.

Hoe krijg je dan de nodige koolhydraten binnen? Daar heeft Kris een oplossing voor: peulvruchten! Daar zit ook zetmeel in, en s' morgens havermoutpap. Mijn herinneringen aan mijn jeugd zijn geen aanbeveling: mijn moeder produceerde als ontbijt een slijmerige substantie die ik niet lustte. Gelukkig is heden ten dage havermoutpap



*De Voedselzandloper door Kris Verburgh  
Uitgeverij Bert Bakker, ISBN 978 90 351  
37585 € 19,50*





lekkerder te bereiden onder meer door toevoeging van stukjes gedroogde abrikozen of rozijnen.

Kris Verburgh zweert bij groenten; alle groenten maar met een voorkeur voor groene bladgroenten. Die geven een summum aan gezonde voedingsstoffen. Eigenlijk kunnen we als volkstuinters niet anders dan volledig instemmen met deze opvatting. Ik heb dit jaar een dubbele hoeveelheid tuinboontjes gelegd en alvast spinazie gezaaid. Een probleem is de boerenkool. Een fijne groente maar ik weet niet hoe die te bereiden is zonder aardappelen. Dat geeft weer uitdagingen als kok.

Er is nog veel meer aan te halen, zoals zijn afwijzing van zuivelproducten met als alternatief melk van plantaardige oorsprong zoals soja. Over vetten heeft hij dezelfde opvatting als vele deskundigen: absoluut geen transvetten, beperking van verzadigde vetten en een voorkeur voor olijfolie, vette vis en (wal)noten. Transvetten zijn meestal chemisch bewerkte vetzuren en komen veel voor in koekjes, gebak, frietjes, kroketten, margarine e.d. Lees de lijst met ingrediënten op het etiket maar eens door. Je hebt er wel vaak een vergrootglas bij nodig.



Er wordt ook het nodige te berde gebracht over proteïnen dat vooral in vlees zit. Dat zijn eiwitten en de bouwstenen van de cellen. Er zijn wel zo'n 100.000 verschillende eiwitten in ons lichaam met elk een eigen functie. Teveel en verkeerde proteïnen zijn ongezond en leiden tot snellere veroudering, hart- en vaatziekten, kanker en prostaatziekte. Kris is geen vegetariër. Vlees bevat een aantal onmisbare stoffen, maar een geringe hoeveelheid (niet rood maar gevogelte) vlees volstaat. Hij noemt ook paddenstoelen en quorn als vervanger.

Een geluk is dat Kris een paar glazen rode wijn per dag toestaat. Ik hoef mijn, nog maar een paar jaar geleden aangelegd wijngaardje, dus niet op te geven. De honing van de bijen vormt een probleem ben ik bang (gaat horen tot de kleine zonden). Het lezen van dit boek wordt van harte aangeraden. Een goede samenvatting is te vinden als je googlet op "voedselzandloper": [InfoNu.nl](http://InfoNu.nl) (Mens en Gezondheid).

Ries van Dijk

P.S. Vandaag heb ik een nieuw gerecht gecomponeerd dat onthaal vond bij mijn kritische echtgenote: een **stoofschotel van bonen**:

- fruit een gesnipperde ui in olijfolie
- voeg toe een halve aubergine in blokjes
- zo ook een halve courgette
- en een half blikje tomaten
- en een blikje kidneybeans (of bruine bonen of kapucijners)
- en zes gedroogde (bij voorkeur gemarineerde) tomaatjes in stukjes
- sap van een citroen
- peper en zout

Het geheel 20 tot 25 minuten stoven met deksel, behalve de laatste tien minuten, tot het een smeùge massa is. Daarbij wordt een salade geserveerd (en natuurlijk een glas rode wijn).



## Aanhangwagen

### Op de Parkweg

staat een aanhanger die tuinders kunnen gebruiken voor bijv. afvoer van materiaal van de tuin.

Alle complexvertegenwoordigers hebben een sleutel van de aanhanger.

U moet wel eerst telefonisch overleggen met Henk Artz, hij beheert de agenda en heeft overigens ook een sleutel.

Henk Artz heeft ook een afdekzeil. Het gebruik van de aanhanger is voor eigen risico. Als er schade optreedt, moet u voor herstel zorgen.

Telefoonnummers van de complexvertegenwoordigers en Henk Artz vindt u op de achterpagina van de Knollentuin.

## Bouwen van schuur

### of (permanente) kas

We zetten de regels nog even voor u op een rijtje:

1. U dient schriftelijk een aanvraag in voor de bouw, voorzien van een tekening met oppervlakte- en hoogtematen.
2. Het vloeroppervlak is maximaal 5 m<sup>2</sup>, de nokhoogte is maximaal 1,5 m gerekend vanaf het laagste punt van het maaiveld.
3. De kleur moet passend zijn in de omgeving (groen of bruin).
4. De plaats van schuur of kas wordt vastgesteld door de complexvertegenwoordiger.

## Onderhoud

### algemene paden

Op de Parkweg is het middenpad hersteld, geëgaliseerd.

Aanliggende tuinders (dit geldt overigens ook voor de andere complexen) zijn verplicht het gedeelte van het pad, grenzend aan hun tuin, schoon te houden. Graag uw aandacht en loyaliteit in deze!



## Zomeruitjes door Lucy Glaap

### 14 en 15 juni Opening Roofgarden Arnhem

parkeergarage aan de Ingenieur J.P. van Muijlwijkstraat 175, zie voorkant van deze Knollentuin

### 14, 15 en 16 juni Internationale Kwekerijdagen

Plantenfeest in oude historische tuinen. Bingerden heeft nationaal en internationaal naam en faam verworven. Kwekers uit binnen – en buitenland komen hier bijeen met hun bijzondere collecties.

Bezoektijden van 10.00 uur tot 18.00 uur, Huis Bingerden, Bingerdenseweg 21 Angerlo.

Info: 0313- 48 42 38 info@bingerden.com, Entree: 12 euro p.p. incl. parkeren en catalogus

Kinderen tot 10 jaar gratis

### 16 juni Open dag Oude moestuin

Huis Brakel aan de Dwarssteeg 1 te Brakel van 13.00 - 17.00 uur.

Toegang gratis, Info: (0418) 672 546

### 12 juli t/m 21 juli Tuinbeurs Bloem & Tuin

Tiendaags tuinevenement dat zich afspeelt op het prachtige Landgoed Gulbergen te Nuenen (bij Eindhoven). Weliswaar een eind van Arnhem vandaan, maar wellicht mooi als vakantie-uitstapje. Dit jaar is het de 20e editie van dit evenement. Speciaal hiervoor zijn er bijzondere jubileumtickets te verkrijgen.

Tijd: Van 10.00 tot 18.00 uur, Info: (0) 40 283 1231, <http://www.bloem-en-tuin.nl/bloem-tuin/waar-wanneer/>

### 28 en 29 september Nationale Wijnweek.

Tijdens de Nationale wijnweek kunt u een aantal wijngaarden bezoeken. In de nabije omgeving van Arnhem zijn geopend:

*Domein Hof te Dieren*

Open dag: zondag 29 september van 11.00 tot 17.00 uur, Eigenaar: Youp en Riet Cretier, Arnhemsestraatweg 16 in DIEREN, Info 06-22399642, [www.domeinhoftedieren.nl](http://www.domeinhoftedieren.nl), [wijngaard@cretier.nl](mailto:wijngaard@cretier.nl)

Twee ha. wijngaard met druivenrassen: Regent, Rondo, Monarch, Muscat Blue, Johanniter, Merzling, Solaris, VB32-7, Seyval Blanc

*Wijnhoeve de Colonjes*

Open dag: zaterdag 28 september van 13.00 tot 18.00 uur en zondag 29 september van 13.00 tot 17.00 uur, Eigenaar: Freek Verhoeven, 2e Colonjes 4 GROESBEEK, Info 024-3973754, [www.wijnhoevecolonjes.nl](http://www.wijnhoevecolonjes.nl), [receptie@colonjes.nl](mailto:receptie@colonjes.nl)

Dertien ha. Wijngaard met druivenrassen: Regent, Pinotin, Cabernet Colonjes, Cabernet Cortis, Cabernet Blanc, Helios, Johanniter, Riesèl en Muscaris

Voor andere wijngaarden zie <http://www.nationalewijnweek.nl/agenda/>





Indien onbestelbaar retour naar: Volkstuindersvereniging Arnhem, Postbus 599, 6800 AN ARNHEM

## Wie wat waar?

### Dagelijks Bestuur

Voorzitter: Dirk Gaasbeek  
voorzitter@volkstuinarnhem.nl  
Secretaris: Peter van der Gulden  
secretariaat@volkstuinarnhem.nl  
Ondersteuning secretariaat/bestuur:  
Saskya Kamps  
secretariaat@volkstuinarnhem.nl  
Penningmeester: Anjo de Jong  
penningmeester@volkstuinarnhem.nl  
Alg. Bestuurslid: Nanny Schmidt  
tuinkeuring@volkstuinarnhem.nl

### Complexbeheerders

Bosweg, hoek Hommelseweg:  
Ton Miltenburg (4427293)  
Braamberg: Kemal Colgecen (06-53672118)  
Cattepoelseweg: Gerard Wiggers (4431286)  
De Kweek: Anton Minkman (06-43949321)  
Parkweg: Jan Boenders (06-16357545)

### Inkoopcommissie

Karel Latté 06-23457232

### Aanhanger/Mest

Beheer aanhanger: Henk Artz 44 273 87  
Mest: Erik Wijers 06-139 329 68  
Mest: Gerard Meeuwse 06-202 662 56  
Paardenmest: Linda Smulders  
(pa Matthijssen) 06-248 392 95



Volkstuinders  
Vereniging  
Arnhem

### Secretariaat, correspondentie

Adreswijzigingen en overige  
correspondentie  
kunt u richten aan het secretariaat  
van de vereniging:

Volkstuindersvereniging Arnhem  
Postbus 599  
6800 AN Arnhem

### E-mail:

secretariaat@volkstuinarnhem.nl

### Telefoon bestuur

06 252 004 36

Via deze weg (en ook via eMail) kunnen  
zaken van algemeen belang met een  
bestuurslid worden besproken.  
Individuele zaken kunt u in eerste  
instantie opnemen met de  
complexvertegenwoordiger.  
De bedoeling is dat u de voicemail  
inspreekt waarna op korte termijn,  
zo mogelijk dezelfde dag, met u  
telefonisch contact zal worden  
opgenomen.

### De vereniging op internet:

www.volkstuinarnhem.nl  
http://twitter.com/volkstuinarnhem

### Redactie verenigingsblad

De knollentuin verschijnt 4x per jaar.  
Opplage 425 stuks.

Bijdragen voor de Knollentuin zijn zeer  
welkom.

Stuur ze per e-mail naar

**redactie@volkstuinarnhem.nl**

Inleveren vóór 1 maart / 1 juni /  
1 september / 1 december

### Inschrijven nieuwe leden en informatie

U kunt bellen naar de  
verenigingsstelefoon  
of bezoek onze website.  
Hier vindt u alle informatie en kunt u zich  
direct inschrijven. Kandidaatleden  
worden uitgenodigd voor een  
informatieavond waarbij u ook  
uw wensen kenbaar kunt maken.  
Toewijzing gebeurt in volgorde  
van aanmelding.

### Aardappelaanduiding 2013: Vak A

Water aangesloten van ca.  
1 april tot ca. 1 november

