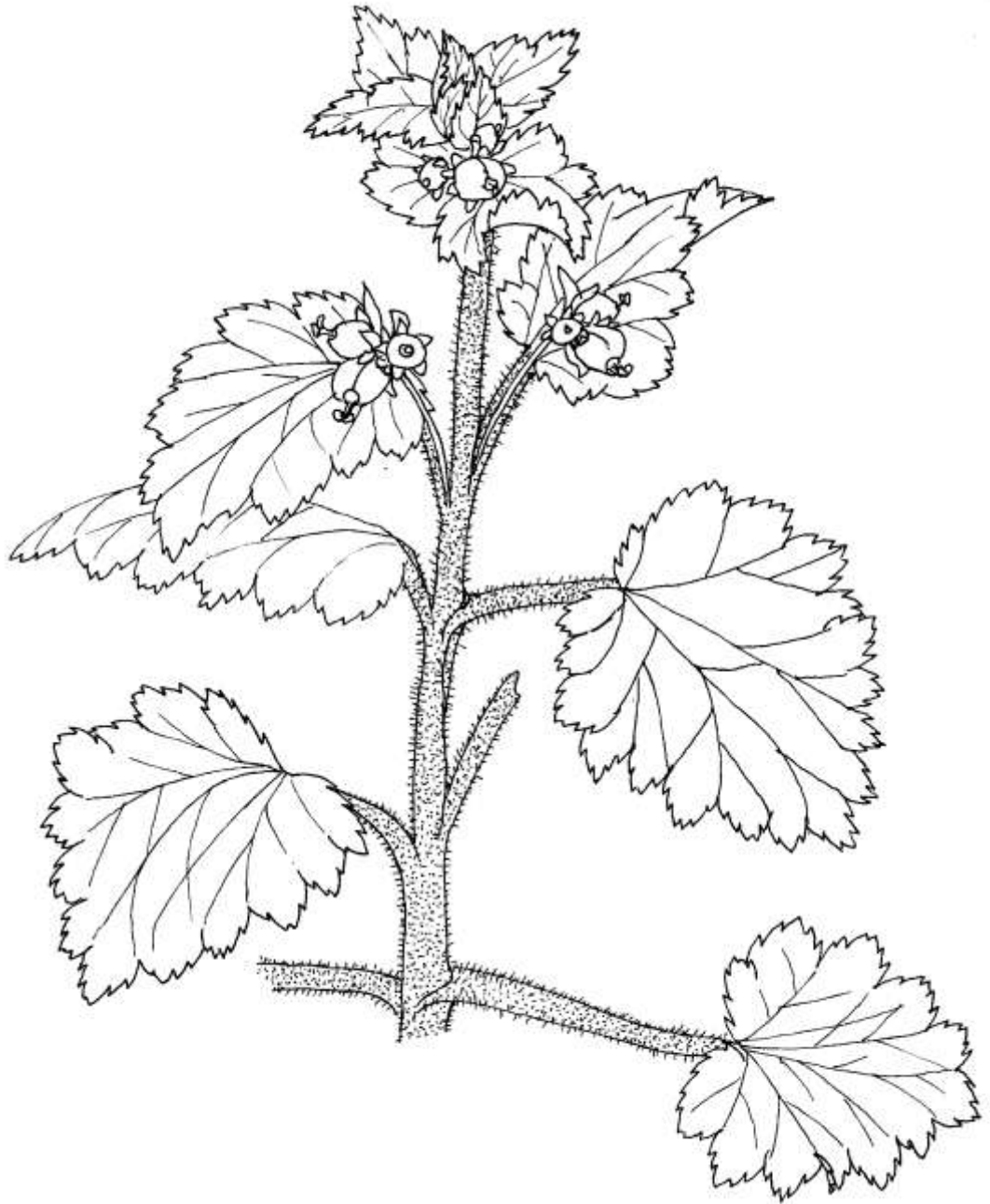


Kruipnieuws 1

PERIODIEK VAN DE SJOC

Plantensociologische
Werkgroep der NJN



JAARGANG 70

Maart 2009

Colofon

Het Kruipnieuws is het tijdschrift van de plantensociologische werkgroep (Sjoc) van de Nederlandse Jeugdbond voor Natuurstudie (NJN). Hierin verschijnen onder andere verslagen van activiteiten en onderzoeken.

De Sjoc is een van de zeven werkgroepen van de NJN. De NJN is een vereniging voor en door jongeren van 12 tot en met 25 jaar die geïnteresseerd zijn in de natuur. Er zijn 34 afdelingen verspreid over Nederland die in de weekeinden excursies organiseren naar natuurgebieden in de omgeving. Tijdens de schoolvakanties of lange weekeinden kan je op kamp. In de zomer zijn er zomerkampen in Nederland en in het buitenland.

Kijk voor meer informatie over de NJN op www.njn.nl!
Of voor meer informatie over de Sjoc op www.sjoc.njn.nl.

Lid worden van de Sjoc: voor NJN-leden bedraagt het lidmaatschap €3,50, voor anderen €5,00. Maak dit bedrag over op giro 476009 t.n.v. SJOC werkgroep te 's-Hertogenbosch.

Als **donateur** van de Sjoc kan je ook het Kruipnieuws ontvangen. Dit kan door €6,80 over te maken op de hierboven vermelde girorekening.

Adreswijzigingen kan je doorgeven aan de penningmeester:

Froukje Postma
Verlengde Nieuwstraat 17A
9724 HA Groningen
06-44360808
froukjemarije@gmail.com

www.sjoc.njn.nl

Inhoud

Inhoud	3
Hoi	3
Rietgroei in s'Albufer de Mallorca	4
Interview met Luuk Leemans	6
Perronkantjes	7
Lieve Linneaus	9
Favoriete plant van Elise	11
Recept	12
Medicinale planten (1) – Een plant naar je hart	13
Favoriete plant van Jos	15
Bestuur 2009 voorgesteld	16
Activiteiten	19
Convo's	20
Prijsvraag	22
Sjoc-bestuur	23

Hallo allemaal!

Het eerste Kruiptnieuws van 2009, jaargang 70. Wat een eer om die te mogen maken. Je komt van alles te weten over Luuk Leemans, hoe puik het riet er in Mallorca bijstaat.... of niet? Ook komt er nog een historische beroemdheid om de hoek kijken. Want zo zijn wij, Ingeborg en Marleen, op zoek in vuilnisbakken naar het sensationieuws uit de plantenwereld. Maar wees gerust, zo vaak zijn we niet aan het graven aangezien we het ook heel druk hebben met onze studies, aardwetenschappen en geneeskunde. Daarnaast zijn we natuurlijk trots dat wij redacten zijn van zo'n mooi blad, zo trots dat we het uitzingen, of in ieder geval spelen we heel hard op de klarinet en de harp.

Groetjes,
Marleen en Ingeborg



Groei van riet in s' Albufera de Mallorca

Tekst: Jos Abma

Riet (*Phragmites australis* (Cav.) Trin. ex Steud. (1840)) is een zeer bekende plant van de grassen familie (*Poaceae*). De soort groeit door heel Europa op vochtige locaties, van zoute, zandige stranden tot kleirijke waterkanten. Het is een belangrijke pionier voor de vorming van laagveen en draagt bij aan de structuur van de kanten waar het groeit. Riet groeit in de vorm van rietpollen; een dichte opeenstapeling van de rietstengels. Het is een grote plant (1-6m). De plant groeit voornamelijk snel tijdens de eerste jaren van zijn bestaan (2-4m), maar bereikt zijn maximale grootte pas na een lange tijd. Door de grootte geeft de plant veel beschutting aan andere dieren en planten (zoals de Rietzanger en bitterzoet).

Daarnaast is riet traditioneel een veelgebruikte plant in gebruiksvoorwerpen en voor daken. Dit heeft ook tot gevolg dat de meeste rietbedden in Nederland redelijk jong zijn.

S'Albufera de Mallorca is een natuurgebied op Mallorca (Balearen, Spanje). Het is een groot moerasgebied dat gevoed wordt door een constante stroom van zoet water vanuit het binnenland van Mallorca. De ligging aan de kust en de open verbinding met de zee geeft zout water een grote invloed in het park. Het park is gevormd in een oude lagune die verland is. Tegenwoordig is er een rij duinen die het park beschermen tegen de zee. In het park ligt ook nog een oude duin, waar unieke flora en fauna voor komt. Riet is de bepalende plant in het hart van het park, waar het in dikke bundels bijeen groeit.

Het riet in s'Albufera is genetisch niet uniek ten opzichte van riet op andere locaties. Dit betekent dat de groei en structuur van het riet in Nederland en op Mallorca in principe hetzelfde is. In s'Albufera is het riet echter veel groter dan vaak in Nederland gezien wordt. In plaats van de gebruikelijke 2-3 meter hoge stengels, groeit het riet in s'Albufera op sommige plaatsen tot wel 7 meter hoog. Dit komt doordat in s'Albufera de rietbedden niet worden gebruikt voor producten, noch worden beheerd op hun natuurlijke groei.



Hierdoor zijn veel van de rietbedden heel oud en hebben een unieke flora en fauna die met deze rietbedden wordt geassocieerd.

Er metingen gedaan in s'Albufera die duiden op een groeisnelheid tot 10 cm per dag in jonge stages van de rietgroei. Hoewel deze snelheden niet uniek zijn, wordt in veel andere gevallen een veel lagere snelheid gemeten. Dit komt door de omgeving waar het zoete water door stroomt voordat het aankomt in het park. Het stroomt namelijk een aantal tientallen kilometers door landbouwgrond. Door gebrekkige informatie aan de kant van de boeren in dit gebied, leeft hier het gevoel dat rijkelijke toevoeging aan de grond van voedingsstoffen altijd zal leiden tot een betere oogst (wat niet klopt). De voedingsstoffen die worden toegevoegd aan de grond, spoelen hierdoor in grote hoeveelheden uit in s'Albufera en zorgen daarom dat zeer voedselrijk zoet water het park binnen stroomt. Dit water is in veel gevallen zeer troebel en hierdoor wordt de grote diversiteit aan planten (waaronder inheemse planten en een aantal orchideeën) bedreigt. Het is de mensen van het park nog niet gelukt om door te dringen tot de boeren in de omgeving van het park, dus dit is ook niet verminderd.

Een aantal jaar geleden is een deel van het oudere riet aan de rand van het park bij een brand verloren gegaan. Dit gebied werd snel heroverd door het riet. Tijdens de eerste groei van het riet, werd door het riet zoveel van het voedsel uit het water gezeefd, dat alle wateren van s'Albufera helemaal helder werden, en de originele waterkwaliteit weer werd hersteld. Als gevolg hiervan, en met de overweging dat jong riet zijn eigen unieke soorten herbergt, is er toen gepraat over de verwijdering van een klein deel van het riet. Dit zou bijvoorbeeld kunnen gebeuren door affakkelen of het wegknippen en wegvoeren van het riet aan de randen van het park. Dit roept echter vragen op over de haalbaarheid van dit plan zonder de unieke oudriet soorten te beschadigen. Er is ook gekeken of het riet ten minste bruikbaar zou zijn voor daken, of voor biobrandstof. In s'Albufera is echter een grote populatie motten die leeft van het riet en hier in boort. De kwaliteit van het riet was hierdoor dermate verminderd dat het niet meer bruikbaar was.

De vraag hoe het park deze problemen kan oplossen, is echter nog niet beantwoord. Er zijn wel plannen, maar voor beide opties zijn meerdere antwoorden mogelijk. Het is daarom waarschijnlijk interessant om hier onderzoek te doen naar dit onderwerp. In s'Albufera is een onderzoeksgroep aanwezig die 2-3 keer per jaar veldstudie doet (o.a. ook naar vogels en motten), dus als dit onderwerp je interesseert, laat het me weten.



Interview met Luuk Leemans

Hoe oud ben je?

Ik ben 18.

Wat doe je naast de NJN/Sjoc?

In het dagelijks leven ben ik een actief levensgenieter, die op het moment helaas hard bezig is met de laatste loodjes voor school. Zes jaar niksdoen werpt zijn vruchten toch niet helemaal af...

Sinds wanneer ben je Sjoc-excursieleider?

Ik ben excursieleider voor de Sjoc sinds mijn eerste kampje, meika Ratum in 2005.

Wat is er sindsdien in de Sjoc veranderd?

Een lastige vraag, wat mij vooral is opgevallen is dat er een hoop ervaren sjoccers ouwe sok zijn geworden, en dat er een hoop kennis is overgedragen, maar dat gebeurt natuurlijk altijd.

Hoe heb je je kennis over planten opgedaan?

Mijn vader is bioloog, en ik mocht op de basisschool altijd elke vrijdag met hem mee het veld in, in plaats van naar school te gaan. Een hele leuke manier om plantjes te leren en een stuk boeiender dan school!

Voor welk gebiedje kunnen we je altijd uit bed bellen?

Alpenweitjes. Ik vind het echt heerlijk om in zo'n prachtige omgeving rond te struinen, en niet te weten wat je

allemaal kunt verwachten qua natuur. Wat dat betreft is Nederland een saai land, in 95% van de gevallen is het geen verrassing als je een echt bijzondere soort tegen komt omdat je juist speciaal daarvoor naar dat gebiedje bent gegaan.

Wat vind je het stomste/saaiste plantje ooit?

Koninginnekruid. Ik weet niet precies waarom, maar ik vind het een lelijke plant. Bovendien niet geschikt als wc-papier, een eigenschap die ik graag zie bij een plant van dat formaat.

Wat zou je graag anders zien binnen de Sjoc?

Meer kampen in het buitenland, voor de rest heb ik er weinig op aan te merken. Tja en meer zielen is natuurlijk ook meer vreugd.

In welk land zou je nog wel eens een Sjoc-excursie willen leiden?

Montenegro, een klein landje met prachtige natuur. Ook valt het aantal landmijnen erg mee in vergelijking met de omringende landen.

Wat vind je nog meer leuk (aan natuur) naast planten?

Naast planten vind ik insecten erg leuk, daar wil ik graag nog wat meer over leren. Ook amfibieën en reptielen hebben me altijd al geboeid, het is alleen wel vermoeiend urenlang stenen te keren en dan net een staartje de grond in zien te verdwijnen.

Onderzoek naar plantjes op perronkantjes

Tekst: Marinka van Puijenbroek

In de 1982 – 1983 heeft de Sjoc in samenwerking met afdeling Bakkum een onderzoek gedaan naar de plantjes die op de zijkant van perrons groeien (perronkantjes). (fig 1) Daarbij hebben ze op alle stations in Nederland gekeken naar de perronkantjes en genoteerd wat daar groeide. Perronkantjes zijn een van de weinige plekken waar nauwelijks naar planten is gekeken. Daarom was dat onderzoek ook zo nuttig.

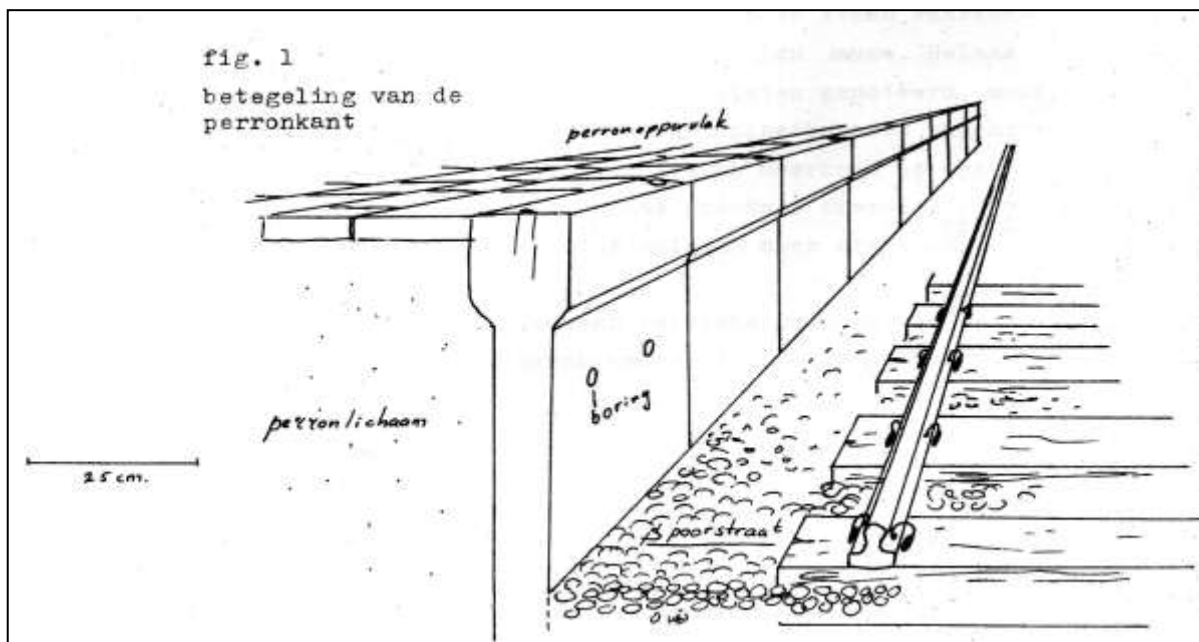


Figure 1. Betegeling van de perronkant

Er zijn een aantal factoren die bepalen of er planten op de perronkantjes kunnen groeien. Dat zijn de beschikbaarheid van regenwater en de mogelijkheid om een goed substraat te vinden. De planten groeien meestal in de spleten tussen twee platen in (of bakstenen). Zo waren (zijn) er stations niet geschikt voor planten:

- Stations die helemaal overdekt zijn
- Stations met een houten fundering
- Spleten die met een vulmiddel dicht zijn gesmeerd
- Als het station en de betegeling te nieuw is.

Uit dit onderzoek bleek dat er op de meeste stations geen soorten voorkwamen, maar dat er een aantal perronkantjes waren die een of meerdere soorten hadden. Ook bleek dat er vooral varens op de perronkantjes groeiden, dat was natuurlijk ook te verwachten aangezien die ook de meeste muurbegroeiers zijn. Toch bleek dat er op de stations waar wel iets te vinden was, zeer bijzondere en zeldzame plantensoorten (vooral varens) voorkwamen, zoals de rechte beukvaren en het

zwartsteeltje. Uit het vorige onderzoek is dus geconcludeerd dat perronkantjes een potentiële vestigingsplaats zijn voor bijzondere muurvegetaties. De stations waar veel bijzondere soorten voorkwamen waren: Akkrum, Arnhem (sp. 8), Delft, Hilversum Sportpark, Utrecht CS (sp. 1) en het buiten gebruikgestelde IJmuiden Casembrootstraat.

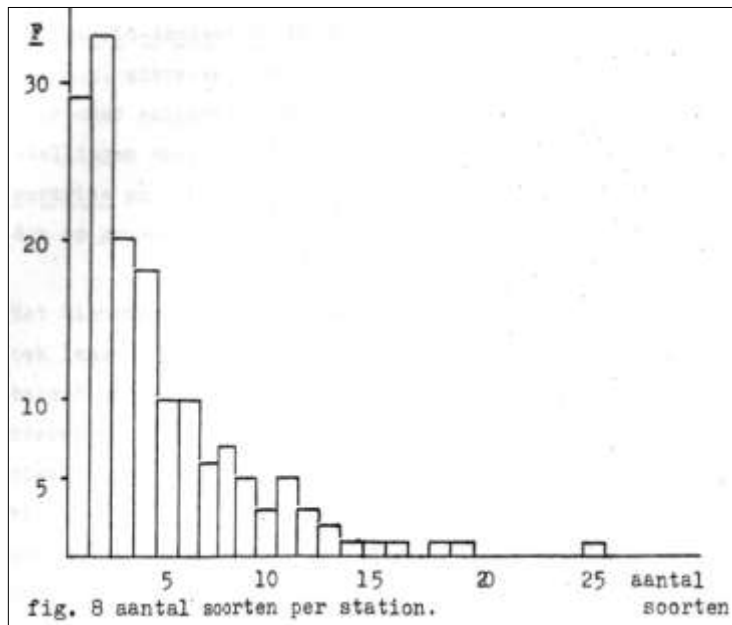


Figure 2. Aantal soorten per station

Nu werd de Sjoc afgelopen herfst gevraagd of we dat onderzoek opnieuw willen uitvoeren om te kijken of er veel veranderd is. Dat leek ons een heel leuk idee, vooral omdat je wel kan verwachten dat er bijvoorbeeld de perrons veel beter worden schoongemaakt, waardoor er minder planten kunnen groeien. Ook zou het kunnen dat er door de nattere zomers er juist meer planten zijn gaan groeien. Dat is voor ons om uit te zoeken.

Ons plan is om in de maanden augustus en september (voornamelijk september, vanwege zoka's) te gaan kijken naar de perronkantjes. Als je dit ook leuk lijkt, kan je daar natuurlijk aan meedoen, ook als je nog ideeën heb kan je dat aan ons door geven.

Voor meer info:
marinkapuijenbroek@gmail.com

Beeld: o.m. Freijer, J. & W. de Winter,
 Perronkantjes, 1984



Lieve Linnaeus

Beste Plantliefhebbers,

Als ik mijzelf even mag voorstellen: ik ben Carolus Linnaeus, maar men noemt mij ook wel eens Karl von Linne', naar de Linde boom.

Ik ben ook een student van de biologie. Toen ik jong was, bestond het vak biologie nog niet eens, dus ben ik maar medicijnen gaan studeren. In die tijd maakt ik samen met een goede vriend een rangschikking van planten, dieren en delfstoffen met behulp van de Latijnse benaming.

Maar ik trok nog steeds de natuur in, zo ben ik naar Lapland gegaan en over de wonderen die ik daar zag, heb ik een boek geschreven, *Florula lapponica*.

Een paar jaar later vertrok ik naar Nederland, daar promoveerde ik aan de universiteit van Harderwijk. Waarna ik me inschreef bij de Universiteit van Leiden, daar werd mijn *Systemae Naturae* gepubliceerd. Ik heb veel gelijkgestemden gevonden in Nederland en plekken om de biologie te bestuderen te over. Zo was ik vaak de vinden in de exotische tuin van Boerhaave en in de Hartenkamp van Clifford.

Omdat Nederland zo'n speciaal plekje in mijn hart en hoofd heeft, wil ik de studenten der planten van Nederland graag ter wille zijn. Toen mij ter ore was gekomen dat er tegenwoordig een organisatie bestaat die de studie der natuur bevordert onder jonge mensen, schreef ik die organisatie aan om hen mijn assistentie aan te bieden. De plantenwerkgroep had nog een mooie taak voor mij: Of ik de natuurhistorische vragen van de leden over planten wilde beantwoorden. Ik heb met vreugde mijn medewerking toegezegd. Dus als jullie een interessante of prangende vraag hebben, schrijf mij alstublieft. Ik zal naar mijn beste kunnen, trachten de vraag zo volledig mogelijk te beantwoorden.

Met vriendelijke groet,
Carolus Linnaeus



Lieve Linnaeus,

Laatste stapte ik in een brandnetel en dat deed erg pijn. Maar daardoor begon ik me wel een beetje zorgen te maken over al die andere planten op deze aarde waarvan ik niet weet wat de effecten zijn. Daarom

is mijn vraag: Wat is de giftigste plant op de wereld?

Groetjes,
Angsthaas

Beste Angsthaas,

Deze vraag is moeilijk te beantwoorden, in die zin dat er veel giftige planten zijn, die allemaal een ander (verschrikkelijk) effect hebben. Daarom zal ik een paar planten beschrijven die allemaal redelijk afschuwelijk zijn:

De eerste is meteen eigenlijk de meest bekende in de Westelijke wereld

Het is de Wolfskers, oftewel *Atropa belladonna*. Dit is een plant die vooral in Zuid-Limburg en Gelderland is te vinden. De complete plant is giftig maar vooral de bessen zijn gevaarlijk omdat ze vaak voor niet-giftige bessen worden aangezien. 2 tot 5 bessen zijn dodelijk voor kinderen, 10 tot 20 bessen zijn dodelijk voor volwassenen. Het giftige bestanddeel is atropine. Van het eten van de plant of bessen gaat je hart racen, je krijgt hallucinaties en deliriums, een droge mond en je houdt je evenwicht niet meer. Er zijn nog veel meer effecten maar het komt erop neer dat het je zenuwstelsel aantast. Het tegengif voor een wolfskers vergiftiging is pilocarpine (te vinden in de Rutaceae familie) of physostigmine. De tweede plant die ik bespreek is de Gele Monnikskap (*Aconitum vulparia*). Ook deze plant komt vooral in Zuid-Limburg voor, hoewel hij zeldzaam is. Als je de plant opeet, krijg je eerst last van je ingewanden, een branderig, tintelend gevoel, gevolg door gevoelloosheid. Na een uur, moet je flink overgeven. Je kan je veel minder bewegen en er is een tintelend gevoel van de huid. Je hartslag en ademfrequentie dalen, waardoor je op

het laatst sterft. Het tegengif is (grappig genoeg) atropine. Dus als je een monnikskapvergiftiging hebt, neem wat Wolfskers.

Linnaeus

Lieve Linnaeus,

Ik probeer echt nog wel wat aan plantjes te doen in deze koude maanden. Diegene die je kunt doen, zijn bijna allemaal in vegetatieve vorm. Daar is niet zo heel veel informatie over. Maar het is me toch deels gelukt. Daarom is mijn vraag:

Hoe kun je de vegetatieve Kleine Egelskop onderscheiden van de vegetatieve Grote Egelskop?

Groetjes

Feitateg

Beste Feitateg,

Dit is een goede vraag omdat kleine en grote egelskop ongeveer op dezelfde plekken voorkomen. Het antwoord is vrij simpel en makkelijk te zien. Pluk een van de blaadjes en hou ze tegen het licht: de kleine Egelskop heeft donkere nerven die door donkere dwarsnerfjes zijn verbonden, terwijl de Grote Egelskop lichte nerven heeft, bovendien zijn de dwarsnerfjes onduidelijk.

Linnaeus

De favoriete plant van Elise Biersma

Ik vind het wel lastig om een favoriet plantje uit te zoeken. Over het algemeen vind ik eigenlijk alle planten speciaal (ja zelfs een brandnetel). Van sommige plantjes kan ik wel extra blij worden, om er een paar te noemen: klaprozen, korenbloemen, varens, paardenstaarten, klimop, kamperfoelie, zevenster, parnassia, sneeuwkllokjes, viooltjes, eikenbomen, frambozen en allerlei soorten bessen. De soort die ik kies, lupine, is dan ook niet echt per se mijn favoriet, maar ik ben altijd wel verwonderd als ik hem zie (je ziet hem ook niet zo vaak in het wild). Het is zelfs nog een exoot ook...

Ik weet nog dat ik me voor het eerst bewust werd van deze plant toen ik in Polen door een heel stuk land liep met

alleen maar lupine. Er waren overal libellen die op de lupineplanten even uitrustten terwijl ze aan het jagen waren voor insecten. De planten waren behoorlijk hoog, ongeveer een meter, en heel mooi paars. Ook de bladeren zien er mooi uit: diep groen, heel gevingerd en vaak, als er een regenbui of als dauw is geweest liggen de bladeren vol met druppels. Dat ziet er altijd heel mooi uit.



Lupine (*Lupinus*) is een geslacht uit de vlinderbloemenfamilie (*Fabaceae*). Het is ook een sierplant en gecultiveerde plant en ze zijn in vele kleuren te vinden. In onze streken komt alleen de vaste lupine (*Lupinus polyphyllus*) in het wild voor. Deze soort is in de 19e eeuw uit Noord-Amerika ingevoerd.

De meeste lupines zijn paars, wit, roze of geel. Lupine houdt van een kalk-arme, zure tot

neutrale bodem. Afhankelijk van de soort kunnen ze een hoogte bereiken die varieert van 50 cm tot wel 2 m en de bloeitijd kan van juni tot oktober doorlopen.



Lupines zijn net als alle andere vlinderbloemigen in staat stikstof uit de lucht te binden en daarmee de grond te verrijken. Dit gebeurt door een symbiose (samenwerking)

met bepaalde bacteriën in speciale wortelknolletjes, kleine afgesloten knolletjes aan de wortels. Hierdoor is lupine zeer geschikt voor het groenbemesten van akkers. Dit houdt in dat het land kan worden verrijkt met stikstof door een jaar lang deze plant erop te laten groeien en deze dan weer door de bodem te mengen. Lupine wordt ook gebruikt als voedsel voor mensen maar vooral voor vee. Australië produceert elk jaar ongeveer 1 miljoen ton van deze plant. De plant is erg handig voor veevoer omdat het een zeer hoog gehalte aan eiwitten bevat en de al eerder genoemde stikstofbindende eigenschappen heeft. Het aandeel in humane voeding is nog niet groot, maar zal waarschijnlijk wel toenemen. Sommige mensen kunnen allergisch zijn voor lupine Dit is net als bij pinda's, die ook bij de vlinderbloemigen horen. Sinds de jaren negentig wordt er steeds vaker lupinemeel verwerkt in voedingsmiddelen als pasta's, koekjes, pannenkoekenmeel en snacks. Onnodig lupine vermijden zou een zeer grote beperking op het voedselaanbod betekenen. Lupinemeel wordt gezien als een goede vervanger van genetisch gemanipuleerde soja. Fabrikanten zijn dan ook verplicht te melden dat er eventueel lupine in hun product aanwezig is.

Al met al wordt deze plant vaak over het hoofd gezien, maar als je beter kijkt is het een heel mooie plant. Hij is ook nog eens heel belangrijk in de huidige maatschappij, iets wat veel mensen niet weten.

Recept - Roerbaksoep

- 1 eetlepel notenolie
- handje brandnetel
- handje zevenblad
- 1 paardenbloem blad
- handje madeliefjes
- 1 worteltje
- 1 kleine ui of het blad van de daslook
- 1/2 dl room

Snij alle groeten in dunne reepjes. Doe wat notenolie in een pan en roerbak daar het zevenblad in met brandnetel en een blaadje paardenbloem de madeliefblaadjes en een geraspt worteltje en de ui of daslook. doe dit 5 minuten doorroeren. Blus af met 1 liter groente bouillon en de room. Serveer met stokbrood wat in de lengte is doorgesneden en met olijfolie is besprenkeld en waar je met een teen knoflook overheen gegaan bent. Dit even onder de grill. Smakelijk eten!

Medicinale planten (1) – Een plant naar je hart

Tekst: Renske Hoekstra

Toen ik een jaar of tien was, vertelde een Indiaan in het Tropenmuseum me: “Alles, maar dan ook werkelijk alles, komt uiteindelijk van de aarde. Niets kan zomaar ontstaan: je schoenen bijvoorbeeld zijn gemaakt van leer van een koe en rubber uit rubberbomen. Als je goed nadenkt, geldt dat zelfs voor een auto. Alles komt uit de natuur.” Met die overtuiging ben ik sindsdien het leven doorgestapt.

Soms was ik wel eens jaloers op NJN'ers die biologie studeerden. Zij konden immers van hun hobby hun studie of werk maken. In mijn eigen studie (geneeskunde) kon ik die natuur niet altijd terugvinden, totdat een docent farmacotherapie me begin dit jaar een handreiking deed door zijn college te starten met een dia van een plant. “Nu kan ik eindelijk iets voor de NJN schrijven over geneeskunde!” dacht ik. Want hoewel de meeste grondstoffen voor medicijnen tegenwoordig synthetisch gemaakt worden, komen veel ervan oorspronkelijk uit planten. In de serie ‘Medicinale planten’ zal ik voor het Kruipnieuws een aantal ervan bespreken.

Bloedende kalveren

In 1921 was er in het Amerikaanse North-Dakota een boer met een groot probleem. Als hij, zoals gebruikelijk, zijn kalveren onthoort, begonnen de overblijfselen van de hoorns te bloeden. Normaal gesproken stopt dat na een tijdje, maar nu niet: de kalveren bloedden allemaal dood. Er waren meer boeren in die streek die dat probleem hadden dat jaar. Het was niemand geheel duidelijk waar het probleem lag. Zodoende gingen wetenschappers aan de slag. In 1924 verscheen het eerste wetenschappelijke verslag: de kalveren bloedden alleen als ze rottende klaver (Citroengele Honingklaver en Witte Honingklaver, *Melilotus officinalis* resp. *Melilotus albus*) te eten kregen. Deze rottende klaver zat in het hooi wat het vee te eten kreeg.

Pas ruim 18 jaar later, in 1939, werd ontdekt welke stof er nu precies verantwoordelijk was voor het bloedingsprobleem en waarom: dicoumarol. Dicoumarol valt onder de cumarine-groep. Stoffen uit deze groep voorkomen dat het bloed op een normale manier stolt.

Bloedstolling

Normaal gesproken zorgen stollingsfactoren ervoor dat je bloed kan stollen. Zij activeren via een hele cascade de stof fibrine. Vele draden van fibrine vormen samen een dicht netwerk, dat het beschadigde deel van de vaatwand sluit en tijd geeft om het te herstellen. Stollingsfactoren worden in de lever gemaakt: daarbij is vitamine K nodig. Cumarines verdringen vitamine K, waardoor de stollingsfactoren niet goed worden gevormd en je bloed niet goed stolt.

Cumarines als medicijn?

De grote vraag voor dit artikel is natuurlijk: waarom valt die rottende klaver dan onder de 'medicinale planten'?

De afgelopen jaren is het aantal mensen met hart- en vaatziekten flink gestegen. In de meeste Westerse landen is het zelfs doodsoorzaak nummer één. Vaak is er sprake van een hartaanval of herseninfarct. Daarbij sluit een bloedstolsel een (slag)ader af, waardoor een deel van het hart of de hersenen geen bloed en dus geen zuurstof meer krijgt. Veel mensen die zoiets meemaken, hebben door een hoge bloeddruk of hoog cholesterol bloed dat 'te snel' stolt. Cumarines kunnen helpen bij het voorkómen van een aanval. Als je cumarines inneemt, kunnen er minder goede stollingsfactoren worden aangemaakt. Hierdoor wordt het risico op een bloedstolsel een stuk kleiner.



Honingklaver

Zowel Witte Honingklaver (*Melilotus albus*) als Citroengele Honingklaver (*Melilotus officinalis*) zijn veelvoorkomende planten, die behoren tot de vlinderbloemigen, de *Fabaceae*. Vlinderbloemigen hebben een typische bloemkroon, die bestaat uit 5 blaadjes, waarvan er een aantal vergroeid zijn. Zo heb je de vlag (1), de zwaarden (2) en de kiel (3).

← Voorbeeld van Vlinderbloemige

Zoals de naam al zegt draagt de ene plant witte en de andere plant lichtgele bloemetjes, die in langgerekte trossen groeien. Beide zijn vrij algemeen en groeien met name in stedelijke gebieden en Flevoland.

De Witte Honingklaver is de enige uit de soortgroep *Melilotus* die witte bloemen draagt. Drie planten zijn geel, waaronder de Citroengele Honingklaver. Die is te onderscheiden van de Kleine en Goudgele Honingklaver door resp. zijn grotere bloemen (4-7 mm in plaats van 2-3 mm), zijn lichtgele kleur en het feit dat de zwaarden langer zijn dan de kiel.

Kortom...

Eet geen rottende klaver zolang je gezond bent! Zolang de planten nog vers zijn kun je ze wel heel prima gebruiken om je kledingkast een frisse geur te geven: die gaat dan ruiken naar pasgemaaid gras, hmmm... 😊.

Bronnen:

- Farmacotherapeutisch Kompas,
- www.fk.cvz.nl
- <http://www.lumc.nl/rep/cod/redirect/4030/samenvattingen/200606/gadisseeur.html>
- www.soortenbank.nl

De favoriete plant van Jos Abma

Zit ik rustig op mijn werkdag, vind ik plotseling dat mij een pen in de handen gedrukt is. Of ik even wat over mijn favoriete plantje wil schrijven. Favoriet plantje... ik heb helemaal geen favoriet plantje. Ja, toch maar wat schrijven he? Ik denk dat ik het liever over een van mijn favoriete geslachten heb: de klavers (latijn: *Trifolium*)

Waarom is klaver zo leuk? Ten eerste is het erg makkelijk te herkennen. De naam van de familie trifolium, betekend 'drie blad'. En dat is dan ook precies wat je krijgt: Bladeren die uit drie blaadjes bestaan. Misschien zou een betere naam 'Trifolimina' (drie blaadjes) geweest zijn, maar dat daar gelaten. Het klopt niet op elk punt, er zijn ook andere *Fabaceae* (Vlinderbloemigen, de familie waarin het geslacht *Trifolium* zit) met 3 blaadjes, maar die laat ik meestal achterwege. Zolang de bloemen in een hoofdje staan, zit je meestal wel goed. Het leuke hieraan is dat het makkelijk valt uit te leggen aan beginnend SJOers en daarom een makkelijk begin vormt. De mogelijkheid om een groep planten snel te herkennen is namelijk helemaal fantastisch!



Ten tweede heeft *Trifolium* een hele belangrijke ecologische functie. Net als veel vlinderbloemigen (*Fabaceae*) zijn de klavers in staat om stikstof in de grond te binden. Dit zorgt er voor dat de grond voedselrijker wordt en er beter planten op kunnen groeien. Deze functie was al lang geleden bekend en in het verleden gebruikte boeren een rotatie van planten in de grond waarbij klaver een jaar werd verbouwd om het stikstofpijl weer omhoog te brengen. Hoewel dit gebruik in de moderne landbouw grotendeels is verdwenen, worden veel vlinderbloemigen in Afrika gebruikt om de grond vruchtbaar te houden.



Als laatste is het gewoon een leuke groep planten om naar te kijken. Veel Trifolia hebben mooie, subtiele bloemen in hun hoofdjes staan en hun karakteristiek stemt mij altijd vrolijk. Ik vind het daarom ook een voordeel dat een aantal zeer algemene planten in deze groep zitten. Ik hoef nooit te zoeken om er van te genieten. En daarom vind ik *Trifolium* zo leuk.

Het Sjoc Bestuur 2009 voorgesteld

Dag lieve medesjoccers!

Kort maar krachtig, dat was de opdracht die ik meekreeg van de nieuwe Kruipnieuws-redacties voor dit voorstelstukje. Dus: Hoi, ik ben Renske, aangenaam kennis te maken. Want dat is toch hoe je je normaal voorstelt? Okee, je kunt me geen directe vragen stellen nu, dus zal ik iets vertellen. Dit jaar heb ik voor het tweede jaar het **voorzitterschap** van de sjoc op me genomen. Vorig jaar is dit me namelijk erg goed bevallen. De sjoc is namelijk een erg gezellige en actieve werkgroep, met veel leuke mensen. Zelf ben ik een beetje per toeval bij de sjoc gekomen: Maartje overtuigde me om in 2006 (nadat ik al 4 jaar werkgroeploos bij de NJN zat!) mee te gaan op sjoczoka. Gitaar spelen, kampvuur, goede gesprekken, prachtige omgeving: dat overtuigde me om lid te worden en een beetje per toeval organiseerde ik het jaar daarna met Margot het FlowerFestival. Dat was erg leuk en dat doe ik dit jaar ook weer samen met haar. Daarnaast doe ik nog wat andere dingen in de NJN, houd ik van zingen, volksdansen, muziek maken, schrijven en studeer ik een groot deel van de tijd geneeskunde aan de VU in Amsterdam. Dat is trouwens helemaal niet zo on-NH als men vaak denkt en dat zal ik bewijzen door dit jaar minimaal één artikel over medicinale plantjes te gaan schrijven voor het Kruipnieuws. Genoeg over mijzelf, het is tijd om naar buiten te gaan! Hopelijk zie ik jullie snel op excursie, kamp of anders! Groetjes! **Renske**

Mijn naam is **Leonie** Tijsma, 20 jaren jong en ik woon in Amersfoort. Over 2 maanden ben ik klaar met de opleiding Land, Water en Milieu in Zwolle, en in september 2009 ga ik beginnen met Bos- en Natuurbeheer in Velp. Naast de NJN zijn mijn hobby's lezen, tekenen, wandelen, fietsen en reizen. Voor de SJOC organiseer ik in maart een mossenkaderkamp in Amersfoort, met Hemelvaart een spetterend plantenkamp in Voorne en begin december komt er een korstmossenkaderkamp. De **kaderkampen** organiseer ik samen met Koen, en met het hemelvaartkamp helpt Noortje.

Mijn naam is **Froukje**, ik ben 20 jaar en woon in Groningen waar ik biologie studeer. Mijn eerste kamp bij de NJN was een sjoc-zoka en sindsdien laten de plantjes mij niet meer los! Ik ben een jaartje weggeweest uit het sjoc-bestuur maar ben nu weer terug om samen met Tessel kadercursussen te gaan organiseren en de **financiën** op orde te houden.

Hooggeëerde Sjoccers,

Laat ik mij even voorstellen: ik ben Philodendron scandens, de kamerplant van **Margot**. Margot heeft mij gevraagd om een hoi-stukje te schrijven voor in het Kruipnieuws, waar ik me natuurlijk heel vereerd om voel, aangezien het Kruipnieuws voor een plant toch wel hoogstaande literatuur is. Nou moet ik zeggen dat ik niet zomaar een kamerplant ben, nee, ik

ben toch echt niet zoals dat andere plantje op deze kamer dat altijd alleen maar plezier staat te maken in dat vrolijk gestreepte bloempotje. Kom zeg, een plant van mijn status heeft toch minstens een echte aardenwerken pot, en denkt af en toe filosofisch na over het leven... Maar ik dwaal af. Ik zou het over Margot hebben. Ja, wat moet ik erover zeggen? Ze is niet erg consequent met water geven of goed voor ons zorgen, terwijl je zou verwachten dat ze dat wel zou leren bij haar biologiestudie. Maar verder is ze best fatsoenlijk. Ze draait niet van die trancemuziek als onze buurvrouw, nee, ik hou wel van folk en van rustige muziek van piano's of gitaren. Soms komt ze wel laat thuis van een folkbal of van uitgaan op haar studentenvereniging, maar dat neem ik dan maar voor lief. Alleen dat ze soms tien dagen lang op kamp gaat en ons in de steek laat... Daar kan ik echt zo kwaad om worden!

Liefs,
Philodendron scandens, kamerplant van Margot (organiseert dit jaar samen met Renske het **Flowerfestival**)

Hoi, ik ben **Koen**. Ben momenteel alweer bijna 24. Jaja een ouwe knar. En ook een **trage knar**, want als je wat aan mij vraagt duurt het dagen zoniet maanden voordat ik antwoord. Zo traag als dikke stront (niet mijn eigen woorden). Misschien ben ik daarom wel lid van de SJOC. Plantjes, paddestoelen en korstmossen zijn immers ook erg traag. Vooral de korstmossen interesseren mij, voornamelijk om hun mooie structuren en hun mogelijkheid om te groeien op

de raarste plekken (als er maar licht is). Ik ben de websec van de SJOC, wat betekent dat ik de **website** beheer. Kom eens een kijkje nemen op www.sjoc.njn.nl, en als ik niet te traag ben kun je daar altijd de eerstkomende excursies en kampen van de SJOC vinden. Voor de rest ben ik derdejaars Ecologie student in Groningen waar ik op een woonbootje woon. Genoeg over mij... tot op excursie!

Hoi rare medemensen die zich ook NJN'er mogen noemen,
Mijn naam is **Maria Elisabeth Barbara van Puijenbroek**, kortweg Marinka en schrijf nu dit stukje omdat ik wordt bedreigd door Leonie. Maar haar bedreiging is niet erg, want ik geloof toch al wel in **kaboutertjes**. Ze wonen in holle bomen en komen te voorschijn als je drie rondjes om de bewuste boom rent, en heel hard "OEK OEK OEK" roept. Maar er is een heel grote kans dat er dan geen kabouter maar een Ferengi uit de boom komt zetten, want Star Trek is **überhip!**

Ik ben uit mijn moeder gekomen op een warme 27 januari van het jaar 1988. Het was toen maximaal 8.5 graad Celcius in de Bilt. Vandaar misschien dat ik zo warmbloedig ben. Ik ben dan ook een echt THERMOschaap. Maar kijk uit voor schapen uit Nieuw-Zeeland, want die kunnen heel agressief zijn en mensen gaan oppeuzelen.

Als iemand iets heeft te klagen dat ik NJN'er ben geworden, moet die persoon vooral bij Tommer gaan klagen. Want hij heeft me in een grijs verleden heeeeeeel vaak gebeld om te zorgen dat ik maar actief werd. En dat werd ik dus ook zoals je nu wel kunt

zien. Het eerste wat ik trouwens deed bij de NJN was hupsen, dus die passie is ook wel ergens vroeg erbij geschoten.

Ondertussen ben ik na wat omzwervingen voornamelijk in Groningen terecht gekomen, hoewel ik ook nog steeds te vinden ben in Amsterdam of Bilthoven. Met een major Biologie in Groningen en een minor in Amsterdam maak ik heel wat treinkilometers.

Als je veel met mij in contact wilt komen, moet je vooral bij de Sjoc komen. Plantjes zijn niet saai! Ze blijven tenminste stilstaan zodat je ze goed kan bekijken en dat is gewoon heel handig.

Nee, jullie mogen dit jaar niet met z'n allen op me gaan liggen. Dat vind ik heel onplezierig en daar word ik plat van. Maar toch ben ik dit jaar wel een **matras**. Ik mag dus gaan zorgen dat het materiaal op orde komt.

Nou ja, de pagina is vol, Leonie kan blij zijn, en ik ga ontbijten.

Tot op excursie/kamp/etc.!

Marinka

Hoi,

Ik ben **Tjerk Veenstra** en dit jaar ben ik **kampsec**: ik organiseer Paka Zuid-Limburg. Ik ben 21 jaar en derdejaars biologiestudent in Utrecht, waar ik ook woon. Naast NJN-activiteiten heb je ook een redelijke kans me op folkbals tegen te komen, waar ik vaak naartoe ga.

Groeten,

Tjerk

Hey plantenfreaks,

Ik ben **Tessel** en ben dit jaar wederom jullie **Bieb** én, samen met Froukje, OK (**organisator kadercursussen**). We hebben plannen gemaakt voor een varenkadercursus en in ieder geval een plantenfamiliekaderweekend, dus ik hoop je daar te zien! Verder is de bieb buitengewoon hip, dus als je een boek wilt lenen, schroom niet en vraag het me. Je kunt de inventaris op sjoc.njn.nl bekijken. Verder over mij: ik ben 21 jaar, studeer archeologie in Amsterdam en bijt niet. Tot op kamp of excursie!

Groetjes, Tessel

Ik ben **Meron**, 21 jaar en ben bezig met mijn master Neurowetenschappen. Eigenlijk weet ik niet zo goed hoe ik nu weer in dit bestuur ben beland, want ik heb niet specifiek iets met plantjes of paddo's, al was ik afgelopen jaar wel opvallend vaak op sjoc-activiteiten te vinden. Ik ben in sommige dingen erg lui en laat dan bij voorkeur andere mensen dingen voor mij doen (zoals voorstelstukjes schrijven), maar toch ga ik voor de Sjoc dit jaar het inmiddels traditionele **heka paddenstoelen** organiseren!



Activiteiten

Zaterdag 28 maart – Planten – Wageningen

Met Tjerk Veenstra en Nicky Lustenhouwer gaan wij in het gevarieerde gebied van Blauwe Kamer en Grebbeberg de ontluikende planten bewonderen. Dit is ook dé kans op persoonlijk contact met onze drukbezette bondsvoorzitster Nicky! Neem een fiets, bandenplakspullen, eten, drinken, regenkleding en eventueel een loepje mee. Vertrekplaats en -tijd: 11.00 uur op busstation Wageningen bij digitaal vertrektijdenbord.

Meer info: Max Simmelink – 06-14570987

Zaterdag 28 maart – Onder meer plantenexcursie – Eiland van Brienoord

Op deze vroege voorjaarsdag gaan we met Wouter Moerland naar het Eiland van Brienoord. Deze excursie zal niet de hele dag duren dus ook als je weinig tijd hebt, kun je komen! We moeten nog een stukje fietsen, dus vergeet je tweewieler niet. We gaan aan vogelgeluiden doen om vervolgens spindotters en knotwilgslakjes te vinden, watervogels komen er ook nog aan te pas. Kortom, voor ieder wat wils! Wil je naast je normale interessegebied je horizon wat verbreden? Ga mee! Omdat de excursie niet de hele dag duurt, begint hij wel vroeg: om 8 uur op station Rotterdam Lombardijen.

Meer info: Marleen de Kool – 06-15090022

Zondag 29 maart – Stinzenplanten – Leeuwarden

Het einde van de winter betekent ook het begin van de lente! De eerste plantjes beginnen alweer te bloeien. We gaan daarom stinzenplantjes bekijken en gaan daarvoor Friesche Landgoederen af. Stinzenplanten zijn namelijk planten die voorkomen bij met stenen gebouwde huizen, vandaar de naam stins, dat Fries is voor steenhuis. De meest bekende stinzenplant is waarschijnlijk wel het sneeuwkllokje, dat rond deze tijd volop wordt waargenomen. Dus kom mee met Froukje, die ons alle mooie stinzenplanten zal laten zien! We verzamelen om 10:00 aan de voorkant van station Leeuwarden. Of neem om 9:04 de trein van Groningen naar Leeuwarden.

Meer info: Marinka van Puijenbroek – 06-23308538

Zondag 5 april – Bomenexcursie – Arboretum Trompenburg (Rotterdam)

Deze dag is het museum dag! En wij gaan daar natuurlijk van profiteren, wij gaan namelijk gratis het arboretum in. Het Trompenburg Arboretum in Rotterdam is 7 hectare groot. Het is een prachtig aangelegde plantentuin met veel bomen, struiken, vaste planten, bollen en knollen. Wij gaan ons vooral concentreren op de bomen, Leonie gaat ons er alles over vertellen. Als je veel wind wil vangen, moet je zeker mee gaan! We verzamelen om **9.30 op station Blaak bij de kiosk**.

Meer info: Marleen de Kool – 06-15090022

Zaterdag 25 april – Plantjes – 't Gooi

Vandaag gaan we op zoek naar de allermooiste plantjes. Dit doen we samen met maar liefst 2 excursieleidsters namelijk Froukje en Margot. We hopen dat het een mooie gezellige lentedag word waarop we veel plantjes zullen zien! We zullen om 10 uur verzamelen op station Hilversum Centraal.

Meer info: Remco van Wees – 06-20742979

Zondag 26 april – Plantjes zoeken – Alkmaar

Vandaag gaan plantjes opzoeken en determinere. We gaan in de buurt van Alkmaar allerlei mooie plantjes vinden en bewonderen. We hebben ook twee excursieleiders, Froukje en Margot, die ons

ook heel veel kunnen leren van plantjes. Dat wordt dus een hele leuke excursie! We verzamelen om 10:00 op station Alkmaar.

Meer info: Rebecca van Keizerswaard – 072-5649725

Convo Kaderkamp Mossen Arnhem

20 – 21 – 22 maart 2009

De omgeving van Arnhem is rijk aan diverse landschappen. Het kampterrein is op een oud landgoed, met de Veluwe en de uiterwaarden om de hoek. Arnhem is dus the place to be voor dit mossenkaderkamp met al die verschillende biotopen!

Dit weekend krijg je de gelegenheid om je te kaderen tot mossenexpert. Vrijdagavond wordt door een echte kenner een lezing gegeven, en op zaterdag en zondag gaan we op excursie met extern kader.

Meenemen

Slaapzak, determinatietabellen, matje, Loepje, mestin + mok + lepel, excursieboekje, beerput, fiets*, toiletpullen, fietsreparatieset.

* Op Arnhem CS zijn OV-fietsen te huur!

Wanneer

Van vrijdag 20 tot zondag 22 maart 2009. Op vrijdag ben je vanaf 18:00 uur welkom.

Kosten

€ 7 p.p.n. en € 14 voor het hele kamp

KC

Voorzitter: Leonie Tijmsma

Penningmeester: Froukje Postma

NT: Koen Verweij en Marinka van Puijenbroek

Four: Vacant

Informatie en opgave

Leonie Tijmsma; 06-48098434;
leonietijmsma@gmail.com

Routebeschrijving vanaf station Arnhem CS

Je staat me je rug naar de stationshal. Ga links af, je komt langs de OV-fietsenverhuur, ga de trap af. Je komt nu in de Oude Stationsstraat. Fiets deze uit en ga linksaf het Willemsplein op. Ga het spoor onderdoor en sla linksaf bij de Zijpendaalseweg. Ga rechtsaf bij de tweedeweg. Dit is de Parkweg. Volg deze weg tot je aan je rechterhand een restaurant ziet. Ga hier linksaf het weggetje in. Na 100 meter zie je aan je rechterhand het scoutinggebouwtje. Welkom op kamp! Zie

www.sjoc.njn.nl/Documenten/convo.doc voor een downloadbaar convo en



een plattegrondje.

Convo Paka Zuid-Limburg

9-10-11-12-13 april 2009

Vier de lente in Limburg! Limburg is uniek in Nederland met zijn kalkrijke bodems waardoor er vele unieke voorjaarsbloeiers voorkomen: Mooie orchideeën, veel dalkruid, geelster, daslook en ander moois. Verder bloeien er in Zuid-Limburg ook zeldzame zinkplanten zoals zinkviooltje en zinkboerenkers. Pasen valt dit jaar redelijk laat, dus hopelijk is het al lekker warm. En als het toch koud is en regent, dan kun je 's avonds weer lekker opwarmen in het warme en ruime scoutinggebouwtje.

Tijd

Het kamp begint op donderdag 9 april vanaf 19:00 uur en duurt tot en met maandag 13 april. Op deze dag is het nog mogelijk om op excursie te gaan voor de mensen die dat willen.

Prijs

Het kamp kost €7,50 p.p.p.n. en €30 voor het hele kamp.

Informatie en opgave

Tjerk Veenstra, 06-46522826,
tjerk.veenstra@gmail.com

KC

Voorzitter: Tjerk Veenstra
Ping: Leonie Tijmsma
NT: Marinka van Puijenbroek
en vacant
Four: Maartje Neerhoff en
vacant

Adres

Scouting Simpelveld
Sportlaan 1A
6369 VC Simpelveld



Routebeschrijving

Reis met de trein naar station Heerlen. Ga aan de zuidkant het station uit. Aan de overkant van de weg begint de Geerstraat. Volg deze weg, hij gaat over in de Kruisstraat en daarna in de Bekkerweg. De Bekkerweg gaat in een bocht over op de sint Annastraat. In deze bocht ga je linksaf-rechtdoor (dit is nog steeds de

Bekkerweg). Bij de rotonde ga je rechtdoor de Heesbergerweg op. Deze gaat over op de Heerlerbaan. Deze weg blijf je een aantal kilometer volgen – de weg heet op het laatst Locht - tot je bij een kruispunt komt met de Drievogelstraat. Hier ga je rechtsaf. (Dit kruispunt is voor een spoorwegovergang, ga dus niet het spoor over!) De weg waar je nu op rijdt (Beitel) komt uit op een T-splitsing, ga hier rechtsaf (nog steeds Beitel), blijf deze weg volgen, de snelweg over en verder, tot in Simpelveld.

Bij de kerk van Simpelveld ga je rechtdoor op een weg genaamd Oranjeplein. Blijf deze weg volgen de heuvel op en ga bijna bovenaan rechtsaf de Sportlaan in. Het is het witte scoutinggebouwtje dat meteen links een eindje van weg staat.

Meenemen

Bedenk natuurlijk zelf wat je meeneemt, maar denk toch vooral aan:

- Slaapzak
- Matje
- Plantengids (Flora)
- Loepje
- Kleding (warm én koud)
- Regenjas
- Goede schoenen
- Fiets
- Waterfles
- Tin
- Paaseitjes!



Prijsvraag

Ook dit jaar weer maak je als Sjoccer vier keer kans op iets lekkers als je het juiste antwoord weet op onze prijsvraag. Zo hebben zowel Froukje Postma als Leonie Tijsma nog een appeltaart te goed. Wie weet win jij deze keer! Stuur ons dus gauw een mailtje wanneer je weet hoe het plantje dat op de voorkant van dit Kruipnieuws staat, heet! Wees snel, want de eerste de beste wint. Bellers worden niet

geaccepteerd. Mail naar: ingeborg.klarenberg@gmail.com of
rhm.dekool@gmail.com.

Het Sjobestuur van 2009

Voorzitter

Renske Hoekstra

Ping

Froukje Postma

Redac

Ingeborg Klarenberg

Marleen de Kool

Bieb

Tessel Grijp

NS

Marinka van Puijenbroek

Organisatie Kadercursussen

Froukje Postma

Tessel Grijp

Websec

Koen Verweij

FlowerFestival Coördinator

Renske Hoekstra

Margot Sauter

Kampsec

Leonie Tijsma

Meron Vermaas

Tjerk Veenstra

Lid Zonder Functie

Maartje Neerhoff

Retouradres:
Ingeborg Klarenberg
Gisbert Bromlaan 6
3571 AJ Utrecht