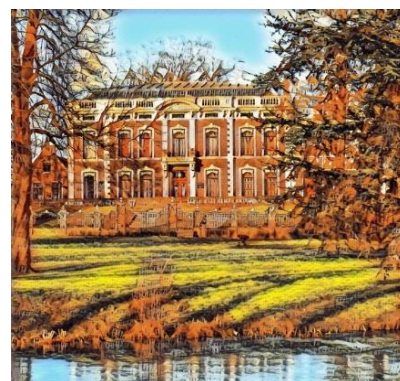




Vrijwilligers Nieuwsbrief

Augustus 2017

Het bestuur en de vrijwilligers krijgen steeds meer complimenten over “hoe mooi de Overtuin er nu uit ziet”. Een mevrouw vertelde me dat ze nu weer met plezier met haar kleinkinderen naar de Overtuin gaat, zonder dat ze zich zorgen hoeft te maken over de hondenpoep. Ook zien we regelmatig schoolkinderen die een spelletjesmiddag hebben. Een aantal weken geleden was er zelfs een bruidspaar, dat de Overtuin als fotolocatie gekozen had. Enkele mensen gaven aan dat ze de afgelopen winter best kritisch geweest zijn over de bomen die gekapt zijn. Maar ze zien nu de resultaten, ze missen die bomen nu niet meer en vinden het fijn dat er weer “lucht” in het park komt. Een bestuurslid van de Nederlandse Tuinen Stichting complimenteert ons en noemt ons een voorbeeld voor vrijwilligers organisaties. We hebben duidelijk eer van ons werk.



Werk in uitvoering bij graf Onlangs is het hekje rondom het graf van de hond Nora opgehoogd. Het hekje was verzakt, en het museum is van plan om het Praalgraf en het hekje in augustus te laten schilderen. Daarna wordt deze winter het grind vernieuwd en komt er een rand om het grind, zodat alles er weer goed uit ziet.

Aanlijn- en opruimplicht Enkele maanden geleden zijn door de vrijwilligers van de Stichting Overtuin Bisdom van Vliet, in overleg met de Gemeente, borden geplaatst over het aanlijnen en opruimen van hondenpoep in de Overtuin in Haastrecht. Naar aanleiding hiervan is onduidelijkheid ontstaan bij de inwoners en hondenbezitters in Haastrecht. In 2016 is de nieuwe Algemeen Plaatselijke Verordening vastgesteld. Hierin is vastgelegd waar aanlijn- en opruimplicht geldt. In de hele gemeente, zowel binnen als buiten de bebouwde kom, geldt dat voor hondenpoep opruimplicht is. Zo ook in de Overtuin. Bij iedere ingang zijn extra hondenpoepzakjesdispensers opgehangen. In de Overtuin geldt geen aanlijnplicht omdat de tuin officieel buiten bebouwde kom ligt. Het heeft echter het karakter van een tuinpark binnen de bebouwde kom, daarom is er wel een vriendelijk verzoek tot aanlijnen via de borden bij de ingangen van het park. In het “nieuwe” bos aan de zuidzijde van de Overtuin kunnen de honden wel zonder hinder los lopen.

Is werken in de Overtuin gezond?

Dat tuinieren goed is voor je geest, wisten we al. Maar deze activiteit is ook erg positief voor je lichaam. Volgens specialisten gebeurt er dit met je lichaam tijdens een uur tuinieren.

🍷 **Je verbrandt calorieën:** Afhankelijk van de activiteit tussen de 120 en 600.

🍷 **Het is goed voor je maag:** Als je je blootstelt aan de bacteriën in de bodem ben je meer resistent en is je immuunsysteem sterker.

🍷 **Het is goed voor je hart:** Tuinieren kan je hart versterken en is goed voor je uithoudingsvermogen. Daardoor heb je waarschijnlijk minder kans op een hartaanval of beroertes.

🍷 **Het is goed voor je spieren:** Je gebruikt bijna elke spier in je lichaam, vooral je rug, armen, dijen en handen. Sterke spieren verbeteren je postuur en beschermen je lichaam tegen letsels en andere toekomstige gezondheidsproblemen.

🍷 **Het is goed voor je balans en flexibiliteit:** Wie regelmatig tuiniert, versterkt de spieren rond de enkels en voeten waardoor je balans en je flexibiliteit verbetert. Dit kan letsels helpen voorkomen.



Activiteiten komende periode

In de komende maand gaan we lekker door met maaien, schoonhouden van het eiland en de grot, onkruid vrij houden van de perken, bijhouden van de paden en het trekken van haagwinde uit de struiken. Het is goed om te zien hoe mooi we alles bij kunnen houden.

Met vriendelijke groet, Tony Hardenberg, Tuinbaas Overtuin Bisdom van Vliet