



Het gras groeit hoog op, bloemen zijn snel uitgebloeid. Warmte en droogte hebben hun prijs. Maar gelukkig, er zijn nog bloemen over. Die zijn wat later begonnen aan hun bloei en tooien zich nu met hun bloemenpracht. De valeriaan is er zo een. In het plassegebied, langs vele slootkanten en in de heemtuin staat hij te bloeien met lichtlila, schermachtige bloemen. Hij verspreidt een geur, waarvan de een zegt, mm lekker en de ander gauw de neus dichtknijpt. Een hoge plant is het, die meestal met meerdere stengels tegelijk de bermen versiert. De wortel ervan is van belang in de geneeskunde. Een

kalmerend middel wordt ervan geproduceerd. In deze drukke en lawaaierige wereld denkelijk nog steeds van betekenis. Destijds werden de valeriaanwortels met een speciaal drietandig vorkje geoogst. Vaak door de jeugd, die daar een zakcentje mee verdiende of om mee te helpen aan het inkomen van het gezin. Tegenwoordig wordt het geneesmiddel uit een uitheemse variant gekweekt, die daar blijkbaar nog beter voor geschikt is. De inheemse valeriaan heet officieel "echte valeriaan". Er bestaat ook een "kleine valeriaan", maar deze soort is aanmerkelijk kieskeuriger en komt alleen nog voor in "gezonde" natuurgebieden. Een plant, die nu ook bloeit, is het knopig helmkruid. Iets minder spectaculair om te zien, maar bijen, hommels en later in het jaar wespen, zien deze plant wel degelijk en komen met meerdere tegelijk nectar halen. Een hoge plant met kleine groenbruine bloemetjes, die aan hoge vierkante stengels groeien. Het voorvoegsel "knopig" slaat op de dikke raapvormige wortels, die met knobbeltjes bezet zijn. Ook deze plant is/was in de geneeskunde van belang. Een middel tegen aambeien en gezwellen werd/wordt daaruit bereid. Waar we de natuur al niet voor nodig hebben. Ook de minder mooie moeten we waarderen om de bijzondere eigenschappen, die ze kunnen hebben. Echte valeriaan en knopig helmkruid, allebei te vinden in de heemtuin. En de heemtuin vindt u aan de Kennedylaan 33A te Nieuwkoop.

Namens IVN Nieuwkoop

Guus Domna