Hilde Koudijs uit Oude Wetering showt haar unieke tuin bij Open tuindagen

Geneeskrachtige tuin vol verrassingen

DOOR LOUK BRACCO GARTNER

OUDE WETERING - Bij de Open tuindagen in zeven Groene Hart dorpen dit weekend, zit één wel heel bijzondere tuin. Hilde Koudijs (49) uit Oude Wetering heeft als enige van de dertig deelnemers een tuin vol geneeskrachtige planten. Die stelt ze vandaag open voor bezoekers.

De paardenbloem, lavendel, munt en brandnetel. Op het eerste oog lijken het geen bijzondere planten, maar volgens Hilde zijn veel mensen zich niet bewust van de geneeskrachtige werking ervan. „De paardenbloem is mijn favoriet", zegt Hilde, terwijl ze de bloem aan de voorkant van haar huis aanwijst. „Vroeger wilde ik de bloem als onkruid uit de grond trekken, maar nu ben ik me bewust van de reinigende werking ervan."

Ze is de enige deelnemer bij de Open tuindagen die uitsluitend kruiden met een geneeskrachtige werking verbouwd. „Ik zit in het derde en laatste jaar van mijn studie kruidengeneeskunde aan Het Kruidenrijk in Leiden. Vroeger was de tuin voor de kinderen, maar nu is het mijn domein. Van de kruiden maak ik bijvoorbeeld zalfjes, jam of thee. Het is puur voor eigen gebruik."

Bomvol

Ze vindt dat ze geen grote tuin heeft, maar als hoekhuis aan een sloot heeft ze aan de voorkant, zijkant en achterkant genoeg ruimte om kruiden te verbouwen. Bomvol staat het, met zeker vijftig soorten planten. Wat soms lijkt op onkruid, blijkt zomaar een geneeskrachtige werking te hebben op bijvoorbeeld het zenuwstelsel.

Voor Hilde is het tuinieren een hobby, maar het wordt serieuzer. „Ik wil mensen in de toekomst advies geven over de geneeskrachten van kruiden, tijdens lezingen en workshops bijvoorbeeld. Ik wil eerst nog wel de cursus medische basiskennis gevolgd hebben, want dan ben ik goed onderlegd."

Hilde Koudijs bij de engelwortel. Deze bezit stoffen die de spijsvertering bevorderen. FOTO HEDSKE VOCHTELOO

Op het kleine stukje grond aan de voorkant van haar huis staat de engelwortel. Een hoge, groengele plant. „Die stoffen stimuleren bij de spijsvertering", legt Hilde uit. Daarnaast groeit de smeerwortel. „Dat wordt ook wel de 'Nederlandse arnica' genoemd. De stoffen daaruit werken goed bij breuken en kneuzingen."

Wat veel mensen volgens Hilde niet beseffen, is dat kruiden bij ziektes of verwondingen vaak minstens zo goed werken als medicijnen. „Soms werkt het zelfs beter. Je lichaam is eigenlijk ook een levende plant. Zalfjes of tincturen met plantenstoffen slaan eerder aan op organen."

Het is de eerste keer dat ze haar tuin openstelt voor de Open tuindagen. Ze belde zelf naar de organisatie of er nog een plekje vrij was. „Ik zei dat het maar een klein tuintje was, maar ik kreeg gelijk te horen: 'het is een tuin met een missie'. Dat vond ik mooi om te horen, want dat is het ook wel."

De bezoekers van haar tuin mogen wat verwachten, want ze steekt er veel energie en tijd in. Zo heeft ze al haar planten op papier gezet, met daarbij uitleg over de geneeskrachtige werking ervan. „Ik ben een natuurmens. Het is fijn om buiten in de tuin te rommelen, het geeft rust en ik vind het fijn om mensen over planten te vertellen."

Hilde's tuin is vandaag open van 10 uur tot 17 uur. Programmaboekjes zijn te koop via de website www.zesgroenehartdorpen.nl.