

# Seizoen-koffer

## 2. Zomer

**De strandkoffer wordt meestal als ‘zomerkoffer’ gebruikt. Er is iets aan dit bestand toegevoegd over tuinieren. Hiermee kan de strandkoffer worden aangevuld (als ‘strand’ niets oproept’?)**

### 1. Strand

*Ik kreeg net een mailtje van de collega die vanmorgen op die woning aan het werk was. Hij vertelde dat het een ontzettend leuke ochtend was en dat ze voor hun gevoel echt even op het strand waren! Ontzettend leuk om te horen dus ik dacht ik koppel dat even terug.*

*In een houten kar werden de strandtassen geladen en de broodjes. Je kon niet in een onderbroek zwemmen: dat mocht niet van de politie. Het badlaken had je nodig om op te zitten, anders zat het zand overal en ook om de voeten af te kunnen drogen. Voor het omkleden moest er een deken opgehangen worden: dan kon je daarachter gaan staan! Jaja, zo eenvoudig was het in onze tijd allemaal niet!*

*Op het strand wordt wel eens een fles gevonden: één van de dames wil wel graag iets schrijven om er in te doen. Het wordt een gedichtje, ter plekke verzonnen. Ware liefde, vertelt ze, daar gaat het om.*

*Enkele dames trokken hun neus op bij de mosselverhalen: toch heeft iedereen geproefd van de lamsoren en van de zeekraal. Die ging je snijden in de schorren: dat waren groentes voor niets. Vooral tijdens de oorlog was dat erg welkom!*

TIP: zet een hoed en zonnebril op, de badmuts...

- Zand voelen: Open de zak met zand en schelpen en leg deze midden op tafel. Laat de mensen voelen en zoeken... Je kunt ook zand zeven met het plastic zeefje. (Let op: Zand uitstrooien op tafel werkt uitstekend bij mensen met gevorderde dementie (zie hierboven het verslag van een huiskamer bezoek) maar begin daar niet mee bij ‘gewone ouderen’: die vinden het snel kinderachtig!)  
Kinetisch zand in een grote bak met een paar vormpjes: sommige deelnemers kunnen eindeloos vormpjes maken!
- Neem een fles mee en laat de deelnemers een brief schrijven!
- Laat de zee horen (grote schelp)

Gingen de deelnemers nooit naar het strand?

- Heb het dan over mosselen, krukels of oesters eten... Neem zelf wat zeekraal en lamsoor mee. Laat de deelnemers proeven!
- Het gesprek kan ook over breien gaan, naar aanleiding van het gebreide badpak!
- Of kijk hieronder: werken in de (moes)tuin

### Weetjes

NIVEA lanceerde 's werelds eerste zonnebrand, NIVEA Ultra-oil, in 1936. De eerste NIVEA crème zat in een geel blik, gedecoreerd met groen en rood. Het design werd blauw in 1925 en is sindsdien niet veel gewijzigd. Dat is misschien wel de reden dat de NIVEA crème zo diep geworteld zit bij zoveel mensen. Het biedt niet alleen goede verzorging, maar geeft ook een

bepaalde geur en textuur die we associëren met vroeger. **TIP: laat ruiken!**

## 2. Tuinieren in juli

De meeste planten in de tuin staan volop in bloei. Belangrijkste werkzaamheden zijn water geven, uitgebloeide bloemen weghalen en altijd weer wieden. Bemesten, zaden verzamelen en planten steunen.

### In de moestuin:

De eerste komkommers, augurken, ronde worteltjes, boontjes en doperwtten kunnen geoogst worden. Daarnaast kun je ook weer courgette, rapen, peterselie, koolrabi, wortel, spinazie en bloemkool oogsten.

Ook bij klein fruit zoals zomerframbozen, aalbessen, zwarte bessen, kruisbessen, blauwe bessen en bramen kunnen de vroege rassen al geplukt worden.

### ‘De langste dag’ (21 juni)

Planten die in de tweede helft van de zomer bloeien, kan men vóór de langste dag voor ongeveer een derde deel terugknippen. De teruggeknipte plantdelen zullen in de oksels van de bladeren weer gaan uitlopen en later dan de rest van de plant in bloei komen. Dit is een bekende en veel toegepaste truc om de bloei van planten te verlengen.

Naast een verlengde bloei krijgt u door het terugknippen van de planten ook stevigere exemplaren. Door het terugknippen gaan de stelen zich vertakken en worden de planten bossiger en steviger.

Herfstaster, Phlox, Veronica en Monarda bloeien pas in de hoogzomer of zelfs later en zijn daardoor zeer geschikt om terug te knippen. Sedum is bij uitstek een plant die veel steviger wordt als eenderde van de plant wordt teruggeknipt.

Vroegbloeiende vaste planten die rond de langste dag al (bijna) uitgebloeid zijn, kunnen helemaal worden afgeknipt. Ze zullen vervolgens al snel weer prachtig en fris uitlopen. Met een beetje geluk kunt u vervolgens genieten van een tweede bloei.

## 3. Gezegdes

*Een oude wijvenzomer*

*De zomer in je bol hebben*

*Het is hartje zomer*

*De bloemetjes buitenzetten*

*Eén zwaluw maakt nog geen zomer*

*Hij kan de zon niet in het water zien schijnen*

*Achter de wolken schijnt de zon*

*Na regen komt zonneschijn*

een zomer met veel regen

erg vrolijk en uitgelaten zijn

Het is het midden, het warmste deel van de zomer

Feest vieren

Eén enkel gunstig feit mag men niet veralgemenen

Hij is jaloers

Er komt altijd weer een voorspoediger tijd

Na tegenslag komt altijd weer een periode van voorspoed

## 4. Liedjes

### De Wielewaal

Kom mee naar buiten allemaal, dan zoeken wij de wielewaal  
En horen wij die muzikant, dan is zomer in 't land  
Dudeljoho klinkt zijn lied, dudeljoho klinkt zijn lied  
Dudeljoho en anders niet.

Hij woont in een dicht eikenbos, getooid in gouden vederdos  
Daar jodelt hij op zijn schalmei, tovert onze harten blij  
Dudeljoho klinkt zijn lied, dudeljoho klinkt zijn lied  
Dudeljoho en anders niet

### Anneke Grönloh, 'Brandend zand'

#### Daar was laatst een meisje loos

Daar was laatst een meisje loos  
Die wou gaan varen, die wou gaan varen  
Daar was laatst een meisje loos  
Die wou gaan varen als lichtmatroos.

Zij moest klimmen in de mast  
Maken de zeilen, maken de zeilen  
Zij moest klimmen in de mast  
Maken de zeilen met touwtjes vast.

Maar door storm en tegenweer  
Sloegen de zeilen, sloegen de zeilen  
Maar door storm en tegenweer  
sloegen de zeilen van boven neer.

Och kapiteintje sla mij niet  
Ik ben uw liefje, ik ben uw liefje  
Och kapiteintje sla mij niet  
Ik ben uw liefje zoals je ziet.

Zij moest komen in de kajuit  
Kreeg een pak ransel, kreeg een pak ransel  
Zij moest komen in de kajuit  
Kreeg een pak ransel en toen was het uit.

#### Visje

Visje, visje in het water  
Visje, visje in de kom.  
Visje, visje kan niet praten  
Visje, visje draai je om.

#### Zeg ken jij de mosselman?

Zeg ken jij de mosselman,  
De mosselman, de mosselman  
Zeg ken jij de mosselman,  
Hij komt uit Scheveningen.

Ja, ik ken de mosselman,  
De mosselman, de mosselman  
Ja, ik ken de mosselman,  
Hij komt uit Scheveningen.

Samen kennen we de mosselman  
De mosselman, de mosselman  
Samen kennen we de mosselman  
Hij komt uit Scheveningen.

Alle eendjes zwemmen in het water,  
Falderalderiere, falderalderare.  
Alle eendjes zwemmen in het water.  
Fal, fal, falderalderalderalralral.