

Echte Kamille/*Matricaria recutita*

De Echte kamille is een plant uit de composietenfamilie met witte lintbloemen en gele buisbloemetjes. Er zijn geen stroschubben in het bloemhoofdje en de bloembodem is hol. De verspreide en geveerde blaadjes bestaan uit heel smalle, bijna lijnvormige slippen. Tegenwoordig is de plant verspreid in heel Europa. Het is een pioniersplant en komt voor langs wegen, op akkers, braakliggende en rudere terreinen.

Matricaria is afgeleid van 'mater', dit is moeder en van 'caria' wat zorg betekent. Recutita betekent zonder haar omdat de Echte kamille onbehaard is.

De oude Egyptenaren beschouwden kamille omwille van de vele medicinale toepassingen als bloem van de zonnegod Ra. In de maag van Ramses II werd kamillestufmeel gevonden. Nog steeds kweekten in Egypte veel kamille, zowel voor eigen gebruik als voor de export. Ook Hippocrates en Dioscorides erkenden de vele medicinale eigenschappen van kamille. Volgens de signatuurleer is Echte kamille omwille van de holle bloembodem geschikt voor holle organen als maag en baarmoeder.

In de fytotherapie gebruiken we de bloemhoofdjes, zowel in- als uitwendig. Orale inname, zoals een tinctuur of een

infuus werkt heel goed bij milde, acute en chronische ontstekingen van maag- en darmslijmvlies, bij darmkrampen, bij misselijkheid en braken, bij moeilijke spijsvertering, bij gebrekkige eetlust. Deze wonderplant werkt ook kalmerend op het zenuwstelsel en wordt ingezet bij rusteloosheid, stress, prikkelbaarheid, angst. Ze is ook heel geschikt voor kinderen met ADHD, bij nachtmerries en lichte vormen van slapeloosheid. Uitwendig, bv een zalf of een olie, wordt Echte kamille toegepast bij eczeem, luiercezeem, kleine wonden, insectenbeten, brandwonden, zonnebrand, jeuk.

De etherische olie uit de bloemhoofdjes wordt veel gebruikt in cosmetische producten: zeep, shampoo voor blond haar, massageolie, crèmes, parfums.... Culinair wordt Echte kamille gebruikt in sommige sherry's, likeuren en aperitieven. Uit de bloemen wordt ook gele verfstof gemaakt.

Wereldwijd wordt er jaarlijks een 5000 ton kamille commercieel geoogst. Argentinië is de topproducent. In Europa is Spanje de grootste leverancier.

Opgelet: verwar niet met Reukloze kamille die grotere bloemen heeft, een volle bloembodem en, zoals de naam aanduidt, veel minder geurend is.



Recept: rustgevende thee

Meng gelijke hoeveelheden kamillebloemetjes, lindebloemen en citroenmelisse. Maak hier een thee van : ongeveer 1 koffielepel van het mengsel voor 1 tas. Overgieten met (bijna) kokend water en een vijftal minuten laten trekken. Dit is een smakelijke thee, zeker voor mensen die niet zo graag pure kamillethee drinken. Smakelijk!

Rita

Werkgroepen

(Voor) Zwaluwen gaan (we) door het dak.

In het voorjaar is zwaluwnieuws stilaan een vaste rubriek geworden, net als de lente die zich jaarlijks, de laatste maanden heel schoorvoetend weliswaar, aanmeldt. Maar voor hun eerste voorjaarsvisite is ons geduld beslist op de proef gesteld. Dit geldt zeker voor echte zwaluwen. April had nauwelijks deze lentebrengers in de aanbieding. Pas bij de avondwandeling in de IJzerbroeken en Blankaart op 4 mei waren eindelijk grotere aantallen boeren-, huis- en oeverzwaluwen boven het water te zien.



Gierzwaluwen leken dit jaar klokvaster dan zwaluwen, hoewel ze ook van in de lucht vliegende insecten of aëroplankton moeten leven. De aanwezigheid van die insecten is nl. zeer weersafhankelijk. In onze regio waren gierzwaluwen toch eind april al te horen en te zien. Geruststellend is dat hun aantallen vrij stabiel blijven in vergelijking met voorgaande jaren. Maar dit voorspelt nog niets over het komend broedsucces.

Een vraag die ons vaak wordt gesteld is hoe het nu eigenlijk zit met de verwantschap tussen deze drie soorten? Hiervoor moeten we het een stukje over taxonomie of systematiek hebben. Oppervlakkig lijken gierzwaluwen verwant met zwaluwen. Deze laatste behoren tot de zwaluwfamilie (Hirundinidae). Op hun beurt maken die deel uit van de zeer succesvolle orde van de zangvogels of Passeriformes. Daarin komen liefst 60 % van alle levende vogelsoorten voor, of naar schatting een kleine 6000 soorten. Evolutionair vermoedelijk de jongste groep van de vogels hebben ze onder meer een bijzonder goed ontwikkeld zangapparaat of syrinx, waardoor ze in hun rangen heel wat notoire zangkampioenen tellen. Maar ook kraaien horen bij deze bevlogen koor-knappen thuis. Al bij al slaan boerenzwaluwen hiertussen met hun zangcapaciteiten zeker geen mal figuur.

Gierzwaluwen daarentegen zijn veel nauwer verwant met kolibries, die samen met de treeswifts (letterlijk boomgierzwaluwen) tot de aparte orde van de apodiformes (vrij vertaald: vogels zonder poten) behoren. Hoewel de allerkleinste vogels, vormen kolibries

bries hierin de grootste familie met 319 beschreven soorten. De treeswifts (hemiprocridae) tellen amper 4 soorten, die enkel in de tropen leven. De gierzwaluwfamilie (apodidae) komt wereldwijd voor en telt 99 soorten. Deze laatste familie leidt een haast uitsluitend luchtleven, dus ook om te slapen en te paren... Hun pootjes zijn aangepast om tegen ruwe oppervlakken te hangen dank zij vier naar voor gerichte klauwtjes. Om te starten laten ze zich vallen om zo voldoende vaart te krijgen. Vanaf de grond opstijgen lukt hen echter niet.

Wel uitgesproken grondbewoners zijn nachtzwaluwen, maar ook niet verwant aan de andere zwaluwen. Als uitgesproken nachtdieren en vrij grote, behendige vliegers behoren ze tot nog een andere orde: de caprimulgiformes of nachtzwaluwachtigen. Hier van zijn 92 soorten bekend, waarvan 1 in ons land broedt, hoofdzakelijk in de Kempen. Hun jachttechniek is ook in de vlucht grote (nacht)insecten vangen.

'Gewone' gierzwaluwen zijn de enige vertegenwoordigers van de apodidae die we hier algemeen te zien krijgen. Zo mogen al vliegkampioenen zijn maar van een betoverende zangstem hebben ze weinig last, hoewel anders luidruchtig genoeg. Half mei hoorde ik zo'n groepje over de daken scheren, tot een koppeltje zich roepend afscheidde en even plots verdween in een verluchtingsdakpan van een woning.



Wat verderop hetzelfde bij een halfvermolmd dakgootplank van het stedelijk ziekenhuis. Dat prikkelde mijn nieuwsgierigheid naar hun assortiment nestkeuzes. Slecht aansluitende gootplanken, ongebruikte rolluikbakken, royale openingen voor de regenafvoer: het mag voor hen vooral niet te netjes en hermetisch worden. Onze 'cleane' kunstnestbakken hebben ze sinds bijna 10 jaar ook aanvaard, in afwachting van meer esthetische oplossingen bij herstel- of isoleringrepen.



Zoek de nestingen

Maar er is meer. Sinds dit jaar staat de pas gerestaureerde St. Michielskerk weer in volle glorie mooi te wezen. Je weet dat we bij de start van de werkzaamheden met de bouwheer afspraken een tiental betonnestbakken in te bouwen. Wie goed toekijkt vindt de discrete invliegopeningen in het metselwerk van de toren. Dit moet als testcase dienen voor vergelijkbare dier-vriendelijke ingrepen op andere plaatsen. Hopen dat de nu al

vlakbij langscherende vogels hun fiat geven door ze als duurzame, comfortabele en veilige nestelstekje in te palmen.

*Om dit en andere nestelkeuzes van nabij op te sporen en te volgen, organiseren we een telavond op **donderdagavond 21 juni**. We verzamelen in de Meiboomlaan voor **Roularta om 19u30**. Iedereen krijgt een kaartje van een stukje van de binnenstad waar nestbakken geplaatst werden of nestsites uit vorige jaren gekend zijn. Vanaf 20 u houden we gedurende een halfuurtje die plaatsen in de gaten om een idee te krijgen hoe het met die bezetting zit. Achteraf verzamelen we alle gegevens en bieden we jullie een afsluitende drink in de buurt aan. Het onderzoekje is laagdrempelig, dus je hoeft geen doorwinsterde specialist te zijn om deel te nemen.*



Tot slot de echte zwaluwen nog. We kregen eind april melding van de eerste inspectievluchten van huiszwaluwen bij de beide gekende kolonies, maar het luchtruim raakte potdicht en de zwaluwen waren weer schampavie. Een oproep van Gilberte en Gerard, dé zwaluwpleegouders van het Biezenhof, voor plaatsing van een aanbouwkunstnest naast enkele bouwvallige oude nesten lieten we niet onbeantwoord, denkend aan het succes van vorig jaar. Toen op 9 mei Koen uitgerekend bovenop de ladder aan het werk was, was er ineens druk zwaluwbezoek in de directe omgeving, net alsof ze ons in het snotje hielden. De verwachtingen zijn weer hooggespannen.



Zoals nu al een aantal jaar, doen we ook deze zomer met een ploegje bezoeken bij eigenaars in Roeselare waar boeren- of huiszwaluwen broeden. Niet enkel om de subsidie binnen te rijden maar op de eerste plaats om de soort beter te beschermen en hun aantalsevolutie en broedsucces te kunnen opvolgen. Wie hieraan kan meewerken, - we gaan op stap met ploegjes van 2 personen - wacht niet om contact op te nemen met Wim Marichal of de milieudienst van de stad. wim.marichal@telenet.be of milieu@roeselare.be

Tot op een van de (gier)zwaluwevents!

Piet Desmet