



# ORA

PostNL  
Port Betaald

Zelfgekweekte groente  
meteen op je bord

- efficiënt
- milieuvriendelijk
- duurzaam

*wat wil je nog meer?*



Een collecte voor een jaar lang gezond eten

# Vers eten uit eigen tuin

Zelf groente kweken is voor veel gezinnen *de* oplossing. Daarom willen we zoveel mogelijk gezinnen een groentezadenpakket geven. Daarmee hebben zij:

- een dagelijkse bezigheid
- verse, gezonde voeding
- voldoende groente voor de winterperiode

De gemiddelde opbrengst van een groentezadenpakket is ruim voldoende voor een gezin. De ervaring leert dat er voldoende overblijft om weg te geven. Dit jaar willen we met uw hulp 11.000 groentezadensets geven aan gezinnen, ouderen en bewoners van opvangcentra. Zij staan te popelen om ermee aan de slag te gaan! Helpt u mee?



Vaira heeft vorig jaar een kleine tunnelkas gekregen. De oogst was nog nooit zo groot. Vaira: *'Ik heb wortels, komkommers en tomaten uitgedeeld aan de ouderen in de straat. Ik ben benieuwd naar de oogst van dit jaar!'*



Dzidra is in het verleden haar moestuin kwijtgeraakt. Familieleden hadden haar bedrogen met eigendomspapieren. Nu mag ze een stuk land van de burens gebruiken. Dzidra: *'Ik doe niets liever dan mijn groentetuin bijhouden. Hartelijk dank voor de groentezaden. Ik hoop dat er dit jaar weer een mogelijkheid is om zaden te krijgen.'*





Antra's tuin bracht een mooie oogst aan tomaten, komkommers, wortels, bietjes en pompoenen op. *'Mijn dochter vierde haar 25e verjaardag. Van de vele wortels en pompoenen heb ik voor deze bijzondere gelegenheid mijn allereerste crèmesoep ooit gekookt. Het was heerlijk! Ook na het feest hebben we er nog lekker van gegeten.'*



Gideon begeleidt daklozen: *'Op het terrein van het daklozencentrum lag een verwaarloosde moestuin. Een van de bewoners had ooit ervaring met tuinieren opgedaan. Met elkaar hebben we de tuin klaar gemaakt en ingezaaid. Iedere bewoner had zijn eigen stukje groentetuin. We hebben ook groente gekweekt voor gezinnen in de kerk. De mannen van het daklozencentrum waren er elke dag druk mee bezig. En uiteindelijk hadden we een mooie oogst!'*



## Duurzaam

*Met het bewerken van een moestuin rond een woning is met het gebruik van een minimum aan pesticiden een uitstekende oogst te behalen.*

*Kleinschalige lokale productie van voedsel is efficiënt, milieuvriendelijk en duurzaam.*



# Van zaaien tot oogsten



## Zaaien & kweken

Woon je niet in een flat in Oost-Europa, dan heb je meestal een stukje grond om je huis. Groente verbouwen is voor velen geen hobby maar pure noodzaak. De kwaliteit van Nederlandse groentezaden staat zeer goed bekend. Gezinnen zien uit naar een mooie oogst en gezond eten.



## Onderhouden

Een rijke oogst staat of valt met regelmatig tuinonderhoud. Onkruid wieden, water geven, ziekten bestrijden, staken geleiden, enz... Genoeg te doen!



## En dan: de oogst!

De bekroning op al het werk en al het wachten. Menig gezin geeft zelfs een deel van de oogst weg aan oudere familieleden, buren en vrienden. Velen maken groente in en bewaren deze voor de winterperiode.



## Braakliggend land

**Karlo, contactpersoon in West-Oekraïne:**

Groentezaden zijn een uitkomst voor Roma-gezinnen, zegt Karlo. Hij ontmoette Serban: *'Rondom ons dorp ligt landbouwgrond. Dit wordt zelden gebruikt. We zijn met twintig volwassenen en tachtig kinderen begonnen met het bewerken van de grond en hebben vorig voorjaar groentezaden gezaaid. Een paar maanden later hadden we een mooie oogst; het was voor iedereen een verrassing! We hebben wekelijks alle groenten verdeeld onder de gezinnen en een deel op de markt verkocht. De werkloosheid in ons gebied is groot. Daarom hebben gezinnen alle tijd om het land te bewerken. We zien dit jaar uit naar een nog grotere oogst!'*



## Groente verbouwen en elkaar hierbij helpen

**Coördinator Alfonzo in Mozambique:**

'In onze regio wonen zo'n 900 gezinnen. Ze zijn ronduit arm en leven bij de dag. Een gezin bestaat gemiddeld uit zeven personen.

Met een groot aantal gezinnen zijn we een aantal jaren geleden begonnen met een agrarisch programma: zelf groenten verbouwen en elkaar hierbij helpen. We hebben training gegeven in het zaaien, onderhouden en oogsten. Er zijn inmiddels zo'n dertig coördinatoren.

Zij hebben regelmatig contact met de gezinnen. Ieder jaar breidt het programma verder uit. Dit jaar willen we alle gezinnen voorzien van onder andere tomaten-, wortel-, pompoen- en komkommerzaden. We weten inmiddels dat de Nederlandse groentezaden de beste zijn!'



# Groentezaden voor gezinnen in

Tadzjikistan

Israël

Letland

Oekraïne

Rusland

Indonesië

Centraal-Azië

Nigeria



## Een zadenpakket

- biet
- komkommer
- courgette
- tomaat
- ui
- sla
- wortel

met vaak extra:

- aubergine
- paprika
- witte kool

+ een zakje bloemenzaad  
voor een fleurige tuin!



# Handig!

Organiseer een collecte in uw kerk. Maak hierbij gebruik van:



## Collecteaankondiging

Gebrek aan gezond voedsel is in veel landen probleem nummer 1. Door een paar vierkante meter grond rond het huis te bewerken is al snel een goede oogst te behalen. Deze collecte is bestemd voor de aankoop en verzending van groentezadenpakketten, speciaal voor gezinnen in Oost-Europa en Azië. Een groentezadenpakket bestaat uit tenminste 8 verschillende groentezaden en levert voldoende groente voor een of meer gezinnen op. Helpt u mee?

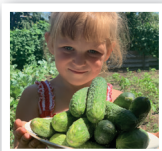


## Powerpoint

Een korte Powerpoint met uitleg van de groentezadenactie voor uw gemeenteleden. Handig wanneer u online kerkdiensten organiseert.

## Deze brochure

Bestel een aantal van deze folders om uit te delen.



**Een collecte in uw kerk helpt  
kinderen & gezinnen in nood  
Helpt uw kerk mee?**



**Voor € 75 geeft uw kerk 10 gezinnen een groentezadenpakket**



Maak het collectebedrag over op **NL55 INGB 0002331201**  
tnv stichting ORA te Nieuwleusen  
ovv *groentezaden*

*Let op: noteer duidelijk de naam & plaats van uw kerk*

wat je aandacht geeft

groeit

Geef een arm gezin een rijke oogst

1 zadenpakket  
€7,50  
inclusief verzending



Helpt uw kerk gezinnen aan vers eten?



NL55INGB0002331201

Westeinde 102  
7711 CN Nieuwleusen  
0529-402 906  
info@stichtingora.nl  
www.stichtingora.nl

