

Plukzone Proesmanstraat

1. 🌿 Kruiden (culinair & geur)

Latijnse naam	Nederlandse naam	Type	Grootte (cm)	Bloeikleur	Bloeimaand	Gebruik	Onderhoud
Allium schoenoprasum	Bieslook	Meerjarig	20–40	Paars	mei–jun	Keuken, insecten	Regelmatig knippen
Artemisia abrotanum	Citroenkruid / Abrotanum	Halfheester	80–120	Geelgroen	jul–aug	Geur, medicinaal	Terugsnoeien
Foeniculum vulgare ‘Bronze Giant’	Bronzen venkel	Meerjarig	150–200	Geel	jul–sep	Keuken, sier	Uitzaaien beperken
Levisticum officinale	Lavas / Maggiplant	Meerjarig	150–200	Geel	jun–jul	Keuken	Vochtig houden
Lippia polystacha	Azteekse zoetkruid	Meerjarig	60–100	Wit	jul–sep	Thee, geur	Beschut overwinteren
Mentha arvensis	Akkermunt	Meerjarig	40–60	Lila	jul–sep	Thee, keuken	Woekert
Mentha arvensis ‘Strawberry’	Aardbeimunt	Meerjarig	40–60	Lila	jul–sep	Thee, dessert	Woekert
Mentha cervina	Portugese munt	Meerjarig	30–50	Lila	jul–aug	Keuken	Matig water
Mentha citrata ‘Bergamotte’	Bergamotmunt	Meerjarig	50–70	Lila	jul–sep	Thee	Woekert
Mentha piperita	Pepermunt	Meerjarig	50–80	Lila	jul–aug	Keuken	Terugknippen
M. piperita ‘Black Mitcham’	Engelse pepermunt	Meerjarig	60–80	Lila	jul–aug	Etherische olie	Woekert
M. piperita ‘Chocolate’	Chocolademunt	Meerjarig	50–70	Lila	jul–aug	Dessert	Woekert
M. piperita ‘Nigra’	Zwarte pepermunt	Meerjarig	60–80	Lila	jul–aug	Thee	Woekert
Mentha pulegium	Poleimunt	Meerjarig	20–40	Paars	jul–sep	Geur	Niet eetbaar
Mentha spicata	Groene munt	Meerjarig	50–80	Roze	jul–sep	Keuken	Woekert
M. spicata ‘Moroccan’	Marokkaanse munt	Meerjarig	60–90	Roze	jul–sep	Muntthee	Woekert

Latijnse naam	Nederlandse naam	Type	Grootte (cm)	Bloeikleur	Bloeimaand	Gebruik	Onderhoud
Origanum vulgare	Oregano / Wilde marjolein	Meerjarig	40–70	Roze	jul–sep	Keuken	Weinig
Rosmarinus officinalis	Rozemarijn	Heester	60–120	Blauw	apr–jun	Keuken	Beschut
Rosmarinus prostratus repens	Kruiprozemarijn	Bodembedekker	20–40	Blauw	apr–jun	Sier/keuken	Drainage
Satureja montana	Winterbonenkruid	Halfheester	30–50	Wit	jul–sep	Keuken	Weinig
Salvia officinalis	Echte salie	Halfheester	40–70	Paars	mei–jun	Keuken	Snoeien
S. officinalis ‘Purpurascens’	Paarse salie	Halfheester	40–60	Paars	mei–jun	Keuken/sier	Snoeien
S. officinalis ‘Tricolor’	Bonte salie	Halfheester	40–60	Paars	mei–jun	Sier/keuken	Beschut
Salvia lavandulifolia	Spaanse salie	Halfheester	50–80	Blauw	jun–jul	Thee	Weinig
Thymus serpyllum	Kruiptijm	Bodembedekker	5–10	Roze	jun–aug	Sier/keuken	Weinig
Thymus ‘Doone Valley’	Bonte kruiptijm	Bodembedekker	5–10	Lila	jun–jul	Sier	Weinig
Thymus x citriodorus ‘Silver Queen’	Citroentijm	Halfheester	20–30	Lila	jun–jul	Keuken	Drainage

2. 🌸 Plukbloemen (sier & snij)

Latijnse naam	Nederlandse naam	Levensduur	Hoogte (cm)	Bloeikleur	Bloeimaand	Gebruik	Onderhoud
Achillea sibirica	Duizendblad	Meerjarig	60–100	Wit	jun–aug	Snij, insecten	Terugsnoeien
Agastache rugosa f. abiflora	Witte dropplant	Meerjarig	80–120	Wit	jul–sep	Snij, thee	Doorlatend
Allium ‘Purple Sensation’	Sierui	Bol	80–100	Paars	mei	Eetbare bloem	Na bloei laten
Allium ‘Jeanine’	Gele sierui	Bol	40–60	Geel	mei	Eetbare bloem	Weinig

Latijnse naam	Nederlandse naam	Levensduur	Hoogte (cm)	Bloeikleur	Bloeimaand	Gebruik	Onderhoud
Allium ‘Mount Everest’	Witte sierui	Bol	100–120	Wit	mei–jun	Snij	Weinig
Centranthus ruber	Spoorbloem	Meerjarig	60–90	Rood/roze	mei–sep	Sier	Uitzaaien
Cosmos Sensation gemengd	Cosmea	Eenjarig	80–120	Gemengd	jul–okt	Snij	Regelmatig plukken
Cosmos ‘Late Sensation Yellow’	Gele cosmea	Eenjarig	100–150	Geel	aug–okt	Snij	Steunen
Dianthus plumarius ‘Mix’	Rotsanjer	Meerjarig	25–40	Gemengd	mei–jun	Snij	Terugsnoeien
Echinacea purpurea ‘Alba’	Witte zonnehoed	Meerjarig	80–100	Wit	jul–sep	Snij	Weinig
Gaura lindheimeri	Prachtkaars	Meerjarig	80–120	Wit/roze	jun–okt	Sier	Terugsnoeien
Helichrysum italicum	Kruidige strobloem	Halfheester	40–60	Geel	jun–aug	Droogbloem	Droog
Knautia arvensis	Beemdkroon	Meerjarig	60–100	Lila	jun–sep	Snij	Weinig
Lythrum salicaria	Kattenstaart	Meerjarig	100–150	Paars	jul–sep	Natuur	Vochtig
Malva moschata	Muskuskaasjeskruid	Meerjarig	60–100	Roze/wit	jun–sep	Snij	Weinig
Malva sylvestris	Groot kaasjeskruid	Tweejarig	80–120	Paars	jun–sep	Snij	Uitzaaien
Monarda didyma	Rode bergamotplant	Meerjarig	80–120	Rood	jul–aug	Snij, thee	Meeldauw
Monarda fistulosa	Wilde bergamot	Meerjarig	80–120	Lila	jul–sep	Snij	Luchtig
Salvia pratensis	Veldsalie	Meerjarig	50–80	Blauw	mei–jul	Snij	Terugsnoeien
Scabiosa ochroleuca	Gele scabiosa	Meerjarig	60–100	Geel	jul–sep	Snij	Weinig
Sedum telephium	Hemelsleutel	Meerjarig	40–60	Roze	aug–okt	Snij/droog	Weinig
Solidago virgaurea	Guldenroede	Meerjarig	60–100	Geel	aug–sep	Snij	Uitzaaien

Latijnse naam	Nederlandse naam	Levensduur	Hoogte (cm)	Bloeikleur	Bloeimaand	Gebruik	Onderhoud
Tulbaghia violacea	Knoflookbloem	Meerjarig	40–60	Lila	jun–sep	Snij, eetbaar	Beschut
Tulipa ‘Red Impression’	Tulp	Bol	50–60	Rood	apr	Snij	Jaarlijks
Verbascum chaixii	Toorts	Tweejarig	100–150	Paars/wit	jun–aug	Accent	Uitzaaien
Verbena bonariensis	IJzerhard	Meerjarig*	120–180	Paars	jul–okt	Snij	Uitzaaien
Veronica longifolia	Lange ereprijs	Meerjarig	80–120	Blauw	jun–aug	Snij	Weinig
Zonnebloem ‘Ring of Fire’	Zonnebloem	Eenjarig	150–200	Rood/geel	jul–sep	Snij	Water
Zonnebloem kleine gele bloemen	Lage zonnebloem	Eenjarig	80–120	Geel	jul–sep	Snij	Water

3. 🌸 Medicinale bloemen

Latijnse naam	Nederlandse naam	Levensduur	Hoogte (cm)	Bloeikleur	Bloeimaand	Gebruik	Onderhoud
Calendula officinalis	Goudsbloem	Eenjarig	30–60	Oranje	jun–okt	Zalf, thee	Doorplukken
Filipendula ulmaria	Moerasspirea	Meerjarig	100–150	Wit	jun–jul	Pijnstilling	Vochtig
Galium verum	Geel walstro	Meerjarig	30–60	Geel	jun–aug	Thee	Weinig
Matricaria chamomilla	Echte kamille	Eenjarig	20–40	Wit/geel	mei–aug	Kalmerend	Uitzaaien
Malva sylvestris	Groot kaasjeskruid	Tweejarig	80–120	Paars	jun–sep	Slijmstoffen	Weinig
Malva moschata	Muskuskaasjeskruid	Meerjarig	60–100	Roze	jun–sep	Thee	Weinig
Monarda didyma	Rode bergamot	Meerjarig	80–120	Rood	jul–aug	Antiseptisch	Luchtig
Monarda fistulosa	Wilde bergamot	Meerjarig	80–120	Lila	jul–sep	Thee	Weinig

Latijnse naam	Nederlandse naam	Levensduur	Hoogte (cm)	Bloeikleur	Bloeimaand	Gebruik	Onderhoud
<i>Pycnanthemum pilosum</i>	Bergmunt	Meerjarig	60–100	Wit	jul–sep	Thee	Woekert
<i>Rumex patientia</i>	Patiencezuring	Meerjarig	120–150	Groen	mei–jun	Bladgroente	Ruimte
<i>Rumex sanguineus</i>	Bloedzuring	Meerjarig	30–50	Groen/rood	mei–jun	Sier/blad	Weinig
<i>Santolina rosmarinifolia</i>	Heiligenbloem	Halfheester	40–60	Geel	jun–jul	Ontsmettend	Snoeien
<i>Valeriana officinalis</i>	Valeriaan	Meerjarig	120–150	Roze/wit	jun–jul	Rustgevend	Vochtig
<i>Viola odorata</i>	Maarts viooltje	Meerjarig	10–15	Paars	mrt–apr	Thee	Schaduw

 Wijkplanten en -bomen (bomen & wilde flora)

Latijnse naam	Nederlandse naam	Type	Grootte (cm / m)	Bloeikleur	Bloeimaand	Gebruik	Onderhoud
<i>Betula pendula</i>	Ruwe berk	Boom	15–25 m	Geelgroene katjes	mrt–apr	Sierboom, ecologisch	Weinig, niet in voorjaar snoeien
<i>Salix alba</i> / <i>Salix fragilis</i>	Wilg (schiet-/kraakwilg)	Boom	15–25 m	Geel (katjes)	feb–apr	Oeverversterking, biodiversiteit	Regelmatig knotten
<i>Tilia cordata</i> / <i>Tilia platyphyllos</i>	Linde	Boom	20–30 m	Geelwit	jun–jul	Schaduw, bijen, thee	Weinig
<i>Daucus carota</i>	Wilde peen	Kruidachtig	30–100 cm	Wit	jun–sep	Insecten, wild plantje, inheems kruid	Geen
<i>Plantago major</i>	Grote weegbree	Kruidachtig	10–30 cm	Groenbruin	mei–okt	Medicinaal, bodemherstel	Geen

Latijnse naam	Nederlandse naam	Type	Grootte (cm / m)	Bloeikleur	Bloeimaand	Gebruik	Onderhoud
<i>Plantago lanceolata</i>	Smalle weegbree	Kruidachtig	20–50 cm	Wit/bruin	mei–sep	Medicinaal, bijen	Geen
<i>Humulus lupulus</i>	Hop	Klimplant	3–7 m	Groen	jul–aug	Bier, medicinaal	Terugsnoeien
<i>Iris pseudacorus</i>	Gele lis	Oeverplant	80–120 cm	Geel	mei–jun	Waterzuivering, sier	Beperken groei

 Toelichting

- **Bomen** (berk, wilg, linde) zijn bepalend voor het straatbeeld en zeer belangrijk voor **schaduw, luchtkwaliteit en biodiversiteit**.
- **Wilde kruiden** (weegbree, wilde peen) zijn vaak “vergeten” planten maar ecologisch zeer waardevol.
- **Hop** en **gele lis** verbinden de wijk met respectievelijk **cultuurhistorie** en **waterbeheer**.