Nieuwsbrief Maart

Het Belang van Paardenbloemen en Vogelmuur voor Vogels

Wist je dat paardenbloemen en vogelmuur niet alleen gezonde, maar ook geliefde lekkernijen zijn voor je vogels? Deze kruiden zitten boordevol voedingsstoffen en dragen bij aan het welzijn van je vogels. In deze nieuwsbrief leggen we uit waarom deze planten zo waardevol zijn in het dieet van jouw vogels.

Essentiele vitamines en mineralen

Paardenbloem bevat veel **vitamine A** (goed voor de ogen en het immuunsysteem), **vitamine C** (versterkt de weerstand), **vitamine K** (belangrijk voor de bloedstolling) en **calcium** (ondersteunt sterke botten en een gezonde spierfunctie).

Waarom zijn paardenbloemen en vogelmuur belangrijk?

- Essentiële vitamines en mineralen.
- Ondersteuning van de spijsvertering.
- Een natuurlijke bron van antioxidanten.
- Stimulatie van natuurlijk foerageergedrag.

Vogelmuur is rijk aan:

- **IJzer** – Essentieel voor de vorming van rode bloedcellen en het zuurstoftransport in het lichaam, wat zorgt voor een goede energiehuishouding.
- **Kalium** – Ondersteunt de vochtbalans, helpt bij de spierfunctie en draagt bij aan een gezond hartritme.
- **Magnesium** – Helpt bij de ontspanning van spieren en zenuwen en ondersteunt een stabiele stofwisseling.
- **Silicium** – Speelt een rol bij de opbouw van sterke veren en botten en draagt bij aan een gezonde huid.
- **Vitamine C** – Bevordert de weerstand en helpt bij de opname van ijzer, wat vermoeidheid en zwakte kan voorkomen.
- **Flavonoïden en antioxidanten** – Beschermen cellen tegen schade door vrije radicalen en ondersteunen het immuunsysteem.

Het bevordert de productie van gezonde en goed gevormde eieren dankzij de aanwezige mineralen, zoals calcium en magnesium.

Het zachte en sappige karakter van vogelmuur maakt het ook een gemakkelijk verteerbare voedingsbron, ideaal voor oudervogels om door te geven aan hun jongen.

De hoge voedingswaarde zorgt ervoor dat oudervogels in optimale conditie blijven, wat essentieel is voor een succesvolle kweek.

- Belangrijk voor en tijdens het kweekseizoen – Vogelmuur speelt een cruciale rol in de voortplanting van vogels.
- Het bevat natuurlijke stoffen die de hormonale balans ondersteunen en de broeddrang stimuleren.
- De hoge voedingswaarde zorgt ervoor dat oudervogels in optimale conditie blijven, wat essentieel is voor een succesvolle kweek.
- Het bevordert de productie van gezonde en goed gevormde eieren dankzij de aanwezige mineralen, zoals calcium en magnesium.
- Bij jonge vogels draagt het bij aan een sterke botgroei, een goed functionerend immuunsysteem en een vlotte verenkleedontwikkeling.
- Het zachte en sappige karakter van vogelmuur maakt het ook een gemakkelijk verteerbare voedingsbron, ideaal voor oudervogels om door te geven aan hun jongen.

WAAROM ETEN VOGELS IN VOORJAAR HEEL VEEL PAARDENBLOEMZAAD?

Putters en sijzen staan bekend om hun voorkeur voor kleine, voedzame zaden en paardenbloemzaad speelt hierbij een belangrijke rol in het voorjaar. De redenen waarom ze hier zo dol op zijn:

- **Voedingsrijke samenstelling** – Paardenbloemzaden bevatten essentiële vetten, eiwitten en mineralen die cruciaal zijn voor de gezondheid en conditie van vogels in het voorjaar.
- **Hoge energiebehoefte** – Tijdens het broedseizoen hebben vogels extra energie nodig voor balts, nestbouw en het voeden van hun jongen. De oliën in paardenbloemzaden bieden een snel beschikbare energiebron.
- **Ondersteuning van de voortplanting** – De mineralen in paardenbloemzaden, zoals calcium en magnesium, helpen bij de vorming van sterke eischalen en een optimale ontwikkeling van de jongen.
- **Herstel na de winter** – In de winterperiode is voedsel schaars en kunnen vogels lichaamsreserves verliezen. Paardenbloemzaden helpen hen snel weer op krachten te komen en hun vetreserves aan te vullen.
- **Natuurlijke detox** – Paardenbloem staat bekend om zijn reinigende werking en ondersteunt de leverfunctie. Dit helpt vogels om na de winter hun lichaam te zuiveren en zich voor te bereiden op het kweekseizoen. Daarom geef de vogels voordat je ze nest gaat aanbieden liefst (2 tot 3 weken voor de kweek) elke dag verse paardenbloemknoppen met zaad!!!!
- **Makkelijk toegankelijk** – Paardenbloemen bloeien al vroeg in het jaar en verspreiden massaal hun zaden, waardoor ze een overvloedige en gemakkelijke voedselbron zijn.
- **Aanvulling op een gevarieerd dieet** – Putters en sijzen zijn zaadetende vogels die baat hebben bij een gevarieerd dieet. Paardenbloemzaden bieden een natuurlijke aanvulling naast andere wilde zaden en insecten die in het voorjaar beschikbaar zijn.

PAARDENBLOEMZAAD EN VOGELMUUR ALS VOEDING VOOR JONGEN

Tijdens het broedseizoen in de natuur spelen paardenbloemzaad en vogelmuur een belangrijke rol in de voeding van jonge vogels. In de natuur voeren de ouders hun jongen heel veel met dit zaad. Het zaadje is eigenlijk al een gekiemd zacht zaadje wat daardoor goed verteerbaar is voor de jongen. In de vorige nieuwsbrief heb ik het belang al vermeld van kiemzaad. Als we hierbij dus ook paardenbloemzaad en vogelmuur aan toevoegen boosten we de natuur goed na.

Paardenbloemzaad en vogelmuur:

- **Makkelijk verteerbaar** – De zachte textuur van vogelmuur en paardenbloemzaad maakt het ideaal voor oudervogels om door te geven aan hun jongen, zonder eerst voor te weken in hun krop. hierdoor kunnen ze de jongen goed en snel voeren omdat er vaak in deze periode ook een overvloed is van deze zaden.
- **Rijk aan voedingsstoffen** – Beide zaden bevatten eiwitten, mineralen en vitaminen die essentieel zijn voor een gezonde groei en ontwikkeling van de jongen.
- **Ondersteuning van de bot- en veervorming** – De hoge calcium- en siliciumgehaltes helpen bij de botontwikkeling en zorgen voor een sterk en gezond verenkleed.
- **Stimuleert een gezonde spijsvertering** – De vezels en bitterstoffen in paardenbloem en vogelmuur helpen jonge vogels bij het ontwikkelen van een goede darmflora.
- **Verhoogt overlevingskansen** – Door hun voedzaamheid dragen deze natuurlijke ingrediënten bij aan een sterk immuunsysteem en een verhoogde overlevingskans van jonge vogels.

ONDERSTEUNING VAN DE SPIJSVERTERING

Paardenbloemzaad en **vogelmuurzaad** zijn uitstekende natuurlijke bronnen die de spijsvertering van vogels ondersteunen. Ze bevatten verschillende voedingsstoffen die essentieel zijn voor een gezonde darmwerking en een optimale opname van voedingsstoffen.

- **Vezels in paardenbloem** – Paardenbloem heeft een hoog gehalte aan vezels, wat bijdraagt aan een gezonde darmwerking. Vezels spelen een belangrijke rol in het bevorderen van de doorstroming van voedsel door het spijsverteringskanaal, wat de vertering vergemakkelijkt. Dit zorgt ervoor dat de voedingsstoffen efficiënter worden opgenomen en helpt verstoppingen te voorkomen. verstopping is vaak een doodsoorzaak bij jonge vogels. Dan is de krop goed gevuld, maar toch sterft het jong. Vaak komt dit door te kort aan vezels!!!
- **Bitterstoffen** – Paardenbloem bevat bitterstoffen die de galproductie in de lever stimuleren. Gal is essentieel voor de vertering van vetten, en een betere galproductie kan helpen bij het afbreken van vetrijke voedingsstoffen. Dit bevordert niet alleen de spijsvertering, maar helpt ook bij het maximaliseren van de energieopname uit vetten.
- **Gezonde darmflora met vogelmuur** – Vogelmuur bevat diverse stoffen die de darmflora van vogels ondersteunen. Een gezonde darmflora is essentieel voor de afbraak van voedsel en de opname van voedingsstoffen. Het ondersteunt ook een sterk immuunsysteem, omdat veel van de immuunfunctie van vogels plaatsvindt in de darmen.
- **Bitterstoffen in vogelmuur** – Net als paardenbloem bevat vogelmuur ook bitterstoffen, die de spijsvertering stimuleren door de productie van spijsverteringsenzymen te bevorderen. Dit helpt vogels om hun voedsel beter te verwerken en ondersteunt een gezonde spijsvertering, wat vooral belangrijk is tijdens perioden van verhoogde voedingsbehoefte, zoals het kweekseizoen.
- **Vertering van mineralen en vitaminen** – De hoge concentraties aan mineralen zoals calcium, magnesium en kalium in beide planten helpen de darmen bij de opname van deze belangrijke voedingsstoffen. Dit is essentieel voor de algehele gezondheid van vogels, aangezien een gebalanceerde opname van mineralen de spierfunctie, de botgezondheid en de algehele vitaliteit ondersteunt.

Door paardenbloem en vogelmuur in het dieet van je vogels op te nemen, geef je ze dus niet alleen een bron van vitaminen en mineralen, maar help je ook hun spijsvertering optimaal te functioneren, wat belangrijk is voor hun energievoorziening en gezondheid, vooral tijdens de voorbereiding en kweekperiodes. Zowel voor de ouders als de jongen is dit zaadje wat je gratis kunt plukken zo ontzettend belangrijk voor je vogels.

EEN NATUURLIJKE BRON VAN ANTIOXIDANTEN

Paardenbloemzaad en **vogelmuurzaad** zijn niet alleen rijk aan vitamines en mineralen, maar ook krachtige antioxidanten die essentieel zijn voor de gezondheid van je vogels. Vaak lezen of horen we dit vaker bij supplementen maar wat bedoelt men met antioxidanten? Ik zal het proberen uit te leggen:

Antioxidanten spelen een cruciale rol in het beschermen van cellen tegen schade veroorzaakt door vrije radicalen. Vrije radicalen zijn onstabiele moleculen die kunnen ontstaan door omgevingsfactoren zoals stress, vervuiling (vooral in kleine broedkooien) en zelfs normale stofwisselingsprocessen in het lichaam. Deze moleculen kunnen schade toebrengen aan cellen, weefsels en organen, wat leidt tot een verminderde weerstand tegen ziektes!!!

- **Antioxidanten in paardenbloem** – Paardenbloem bevat een breed scala aan antioxidanten, waaronder flavonoïden zoals **luteoline en quercetine, en fenolische zuren**. (over het belang van zuren kunt u in mijn nieuwsbrief lezen over **health defense**)Deze stoffen helpen vrije radicalen te neutraliseren en beschermen zo het immuunsysteem van je vogels. Flavonoïden staan erom bekend dat ze ontstekingsremmend werken, wat helpt om de algehele gezondheid van je vogels te verbeteren en hun weerstand tegen ziektes te versterken.
- **Antioxidanten in vogelmuur** – Vogelmuur is eveneens rijk aan antioxidanten zoals vitamine C, vitamine E en verschillende polyfenolen. Vitamine C is vooral belangrijk omdat het niet alleen een krachtige antioxidant is, maar ook helpt bij de opname van ijzer, wat de zuurstoftransportcapaciteit in het bloed van vogels verbetert. Daarnaast ondersteunt vitamine C de normale werking van het immuunsysteem, wat de vogels helpt om ziektes te weerstaan, vooral tijdens de koudere maanden of wanneer ze zich voorbereiden op het kweekseizoen.
- **Bescherming tegen cellulaire schade** – De antioxidanten in paardenbloem en vogelmuur helpen de cellen van je vogels te beschermen tegen schade door vrije radicalen, wat bijdraagt aan een langere levensduur en een beter herstel van stressvolle perioden. Dit is vooral belangrijk tijdens perioden van intensieve activiteit zoals de voortplanting of het rui-seizoen, waarin vogels hun energiebronnen zwaar kunnen aanspreken.
- **Versterking van het immuunsysteem** – Antioxidanten versterken ook het immuunsysteem van vogels. Door het verminderen van ontstekingen en het bevorderen van gezonde cellen, helpen de antioxidanten in paardenbloem en vogelmuur de vogels om beter om te gaan met ziekteverwekkers en andere stressoren in hun omgeving.
- **Verhoogde vitaliteit** – Door de antioxidanten in hun dieet kunnen vogels zich vitaler voelen, wat hun algehele welzijn verbetert. Dit is vooral waardevol voor vogels in onze kweekruimtes die minder toegang hebben tot de natuurlijke diversiteit van hun dieet in de natuur. Daarom moet je ook altijd proberen zoveel mogelijk de natuurlijke dieet naar de vogels toe te brengen. Er is namelijk niets beters dan de natuur en zijn producten. Daar kan geen middeltje tegen op!!!

Door paardenbloem en vogelmuur in het dieet van je vogels op te nemen, bied je ze niet alleen een natuurlijke bron van vitamines en mineralen, maar ook een bescherming tegen schadelijke invloeden van buitenaf. Dit helpt ze gezond te blijven, het immuunsysteem te versterken en hun energie beter te behouden, vooral tijdens het actieve voorjaar en de kweekperiode.

HOE PAARDENBLOEM ZAAD TE OOGSTEN?

Zoek paardenbloemen op plekken waar geen bestrijdingsmiddelen worden gespoten of honden plassen etc. Je moet de paardenbloemkoppen hebben waar al wit pluis op zit. (de gele bloem is dan al afgestorven). Ik knip altijd dit witte pluis met een schaar eraf ander heb je je hele hok vol vliegen met pluis. Bewaar de koppen in de koelkast een 2 dagen eventueel. Mensen vriezen het ook in maar ik vind dat niet goed omdat bij het ontdooien het vaak snottig wordt. Ook oogst ik met een bladzuiger het zaad maar dit doe ik als de bekende pluiskoppen (waar we als kinderen op bliezen). echter let wel op dit zaad is dan al hard. dit kan als bijvoeding worden gegeven, maar beste is de onrijpe zaden te gebruiken (dan zit het nog in een kiemstadium en heeft het de meeste voedingstoffen en beter verteerbaar voor de jongen). Dit zijn dus zoals op de afbeelding de koppen met het witte pluis. Ja het is even werk om het pluis er af te knippen maar je vogels zullen je dubbel en dwars belonen.!!

vogelmuurzaad

Vogelmuurzaad geld net als paardenbloemzaad. zoek velden of plekken waar geen honden plassen of bestrijdingsmiddelen worden gespoten. Vogelmuur kan zo worden geplukt. ik pluk echter alleen de koppen (de witte bloempjes en hun zaadknopjes) de stengels probeer ik niet te plukken want dat is teveel groenvoer. Het zaad is het belangrijkste voor de vogels. Ik meng dit altijd door mijn eivoer en kiemzaad. De paardenbloemknoppen geef ik dagelijks voldoende in apart bakje. de vogels vinden dit foerageren al prachtig en zo hebben ze iets te doen. Ze moeten soms ook klein beetje werken voor hun eten. (zoals ze in de natuur ook moeten doen

HOE VOGELMUURZAAD TE OOGSTEN?

Vogelmuur kan je oog eventueel in een slawasser eerst afspoelen en zelfs desinfecteren door bijvoorbeeld **f10** of **petflox pro10** te gebruiken. het daar mee te wassen en daarna goed droog te slingeren. Ik bewaar net als kiemzaad en paardenbloemknoppen het vogelmuur in plastic tas in de koelkast. dan kan je je geplukte vogelmuur makkelijk 2 dagen bewaren.

tip:

geef de eerste 3 levensdagen extra vogelmuur en paardenbloemknoppen. De ouders zullen de vogels hier direct mee voeren. je zal het groen van de zaden in de krop zien zitten. De vogel krijgt dan gelijk de juiste essentiele voedingsstoffen binnen de eerste levensdagen. Ook bevat het zaad gelijk vocht wat uitdrogen tegengaat. En het activeert gelijk de lever en galblaas van de jonge vogel zodat het verteringsproces goed wordt gestart. We geven vaak eivoer (eiwitten) wat de aminozuren bevat en de groei bevordert. echter de eerste levensdagen zou je zelfs het eivoer kunnen weglaten en alleen dit geven. je zal zien de jongen groeien als kool. Bij het vogelmuur liefst niet de stengels en alles erbij geven omdat dit groenvoer is en jonge vogels hun ontlasting dun kan maken. wat weer lastig wordt voor de ouders om nest schoon te houden. liefst de kopjes zaad afknippen van de stengels van het vogelmuur

WAAROM VOGELS MASSAAL DIT ZAAD ETEN IN VOORJAAR

Het voorjaar is een belangrijke tijd voor vogels, waarin ze zich voorbereiden op de voortplanting en hun energiebehoefte aanzienlijk toeneemt. In deze periode hebben vogels extra voedingsstoffen nodig om hun gezondheid te ondersteunen, zich voor te bereiden op het broedseizoen en om voldoende energie te hebben voor de balts, het nestelen en het verzorgen van hun jongen. Zowel vogelmuur als paardenbloemzaad spelen hierin een cruciale rol. Hier zijn enkele redenen waarom vogels in het voorjaar massaal van deze zaden genieten:

1. **Hoge voedingswaarde** - In het voorjaar zijn de natuur en de omgeving vaak volop in bloei, maar ook voedselbronnen kunnen schaars zijn. Paardenbloemzaad is een rijke bron van vetten en eiwitten, die een onmiddellijke energieboost geven aan vogels, wat belangrijk is voor hun energiebehoefte tijdens het baltsen en het leggen van eieren. Vogelmuur, met zijn rijke samenstelling van mineralen zoals ijzer, magnesium en kalium, biedt vogels essentiële voedingsstoffen die helpen bij de opbouw van een sterk lichaam en een goede conditie tijdens de voorbereiding op het broedseizoen.
2. **Voedingsstoffen voor het broedseizoen** - In het voorjaar is de hormonale activiteit bij vogels verhoogd, vooral wanneer ze zich voorbereiden op de voortplanting. Paardenbloemzaad bevat voedingsstoffen zoals calcium en magnesium die belangrijk zijn voor het versterken van de eierschalen en het ondersteunen van de gezondheid van de vogels. Vogelmuur biedt op zijn beurt mineralen die de hormonale balans ondersteunen, wat bijdraagt aan de succesvolle voortplanting van de vogels. Het helpt ook om de gezondheid van de oudervogels te behouden, zodat ze in staat zijn om optimaal voor hun jongen te zorgen.
3. **Herstel van de energievoorraad na de winter** - Na de koudere wintermaanden kunnen vogels in de natuur lichamelijke reserves verliezen, vooral omdat het voedsel in de winter vaak schaars is. Het voorjaar biedt een kans om deze reserves weer aan te vullen. Paardenbloemzaad en vogelmuur zijn rijke energiebronnen die snel kunnen worden omgezet in bruikbare energie, wat de vogels helpt om hun vetreserves aan te vullen en snel weer op krachten te komen. Dit is cruciaal voor het aankomende kweekseizoen.
4. **Gemakkelijk toegankelijke voedselbronnen** - Paardenbloemen beginnen in het vroege voorjaar te bloeien en produceren vervolgens hun zaden. Deze zaden worden in grote hoeveelheden verspreid, wat ze voor vogels makkelijk toegankelijk maakt. Hetzelfde geldt voor vogelmuur, dat op veel plekken in het wild groeit en in het voorjaar een overvloed aan zachte, voedzame bladeren en zaden biedt. Omdat deze planten in het voorjaar gemakkelijk te vinden zijn, vormen ze een belangrijke voedselbron voor vogels die hun energievoorraad snel willen aanvullen.
5. **Natuurlijke reiniging en spijsvertering** - Paardenbloemen staan bekend om hun ontgiftende eigenschappen, vooral door de invloed die ze hebben op de lever en de nieren. In de lente, wanneer vogels zich voorbereiden op het broedseizoen, helpt de consumptie van paardenbloemzaad om hun lichaam te reinigen van eventuele opgehoopte gifstoffen. Bovendien bevordert de vezelrijke inhoud van zowel paardenbloem als vogelmuur een gezonde spijsvertering, wat belangrijk is voor de algehele gezondheid van de vogels.
6. **Vermijden van voedseltekorten en versterking van het immuunsysteem** - De antioxidanten in zowel vogelmuur als paardenbloem helpen het immuunsysteem van vogels te versterken, wat hen beschermt tegen ziekteverwekkers. Dit is vooral belangrijk omdat vogels in het voorjaar vaak meer blootgesteld worden aan stressfactoren zoals veranderende weersomstandigheden, de zoektocht naar voedsel en de behoeften van hun jongen.

Samenvattend, het massale eten van vogelmuur en paardenbloemzaad door vogels in het voorjaar komt voort uit hun verhoogde energiebehoefte, de voedingswaarde van deze zaden, en de essentiële ondersteuning die ze bieden tijdens de voorbereiding op de voortplanting. Deze zaden bieden vogels precies wat ze nodig hebben om gezond het voorjaar in te gaan en zich voor te bereiden op een vruchtbaar broedseizoen.

AFSLUITING

Ik hoop dat je met deze informatie meer inzicht hebt gekregen in het belang van paardenbloemen en vogelmuur voor je vogels, vooral in het voorjaar. Door deze natuurlijke en voedzame planten aan te bieden, geef je jouw gevederde vrienden de beste ondersteuning voor hun gezondheid, energie en voortplanting. Of het nu gaat om de rijke voedingsstoffen, de antioxidanten of de ondersteuning van de spijsvertering, deze zaden bieden alles wat ze nodig hebben om je vogels en jongen in optimale conditie te blijven.
Je kunt het makkelijk aan je vogels aanbieden.
Geef je vogels de beste start van het voorjaar en het kweekseizoen!
Met vriendelijke groet,
Herbbirdmix

www.herbbirdmix.nl