

MAAK JE EIGEN MOESTUIN

Leuk om thuis te doen of in de school- of kerktuin: maak je eigen moestuintje en 'humus' (compost)! Plant zaadjes, verzorg groente, wied onkruid, verplaats slakken en oogst je groente voor een biologische lunch.

- Zoek een goede plek uit in je (school-/kerk-/eigen) tuin. Haal alle onkruid weg, ook plantenwortels. Meng (zelfgemaakte*) compost met de bovenste 20–30 cm van de grond. Je kunt houten planken recht op rondom je tuintje plaatsen. Zo kun je een verhoogd tuintje creëren.
- Bedenk welke groente (of kruiden) je wilt verbouwen en kies zakjes met zaadjes uit in je lokale tuincentrum, de supermarkt of bouwmarkt. Je kunt ze ook online bestellen. Kies zo mogelijk voor een biologische variant. Het is belangrijk dat je alleen zaad kiest dat je hetzelfde jaar nog met succes kunt planten.
- Het is vaak een goed idee om de zaadjes eerst in kleine potjes te planten, met veenvrij compost. Zet je potjes in het zonlicht en geef ze elke dag water, maar niet te veel anders krijg je schimmel of verdrinken de wortels. Zodra de plantjes 10–15 cm groot zijn kun je ze een paar nachtjes in een kasje of je schuur zetten. Dit is belangrijk om voor een goede overgang te zorgen omdat het buiten veel kouder is dan binnen.
- Verplaats je plantjes nu naar je tuintje. Zorg dat er genoeg ruimte tussen elk plantje is. Als je stokjes met de naam van je groentesoort naast je plantjes in de grond duwt, raak je niet in de war! Sperziebonen moet je langs een wigwam van bamboestokken omhoog laten groeien.
- Geef je plantjes elke dag genoeg water, tenzij het regent. Doe dit 's ochtends vroeg of in de avond, want dan verdampt het water niet meteen. Bonen hebben extra veel water nodig. Kijk 's avonds of er misschien (naakt) slakken op je planten zitten. Verplaats die naar de andere kant van je tuin. Als dat niet werkt, dan kun je ze eventueel met een schaar doorknippen of weggagen met ecovriendelijke slakkenkorrels. Vermijd pesticiden! Anders gaan niet alleen de slakken maar ook andere dieren dood. En het gif kan in de voedselketen terecht komen en egels, padden en vogels doden.
- Toptip voor sla en kruiden: knip af wat je nodig hebt en laat de plant weer bijgroeien. Zo kun je maandenlang doorgaan met oogsten!
- Als je je groenten geoogst hebt, kijk dan op het internet naar recepten voor lekkere gerechten: maak soep of quiche, verwerk tomaten en paprika en courgette in groentelasagne of stoofpotje en tast toe!



MAAK JE EIGEN COMPOST

Compost geeft extra voedingsstoffen aan je groente! Wist je dat je dit zelf kunt maken?

Werkwijze

1. Koop een plastic compostbak via de gemeente of een tuincentrum en zet 'm in je tuin (of maak een compostbak van gaas of hout!)
2. Maak een laag van vers, groen afval (alleen van planten: zodra je vlees, botjes of eieren toevoegt, trek je knaagdieren aan). Strooi er een 'bruine' laag op van gemaaid gras, dood blad, stro, stukjes krant, karton of eierdozen. Wissel de groene en bruine lagen af.
3. Voor je het weet heb je regenwormen in je compostbak. Zij verzetten het zware werk door de inhoud van je grove compost op te eten en weer uit te poepen. Roer je compost af en toe en giet er in de zomer water op.
4. Aan de onderkant van een gekochte compostbak zit meestal een klepje of deurtje. Kijk af en toe of er al bruikbare compost is waarin de plantenresten tot een bruinzwart goedje zijn verwerkt. Je kunt dit eruit halen en met de aarde in je tuintje mengen.
5. Als je je compost gemengd hebt (nadat je alle onkruid, wortels en stenen verwijderd hebt), giet er dan wat water op en wacht een paar dagen voordat alles goed ingedaald is. Nu kun je plantjes poten!
6. Als je al je groente geoogst hebt, kun je je tuintje braak laten liggen tot het volgende seizoen. Je kunt plantenresten, vooral bonen en erwten, in je tuintje laten verteren want die zitten vol met goede voedingsstoffen voor de bodem (stikstof). Diepere wortels kun je het beste wel weghalen, net als onkruid. Plant niet elk jaar dezelfde groente op dezelfde plek, want dan buit je de bodem uit.

Wist je dat...

... de beestjes onder onze voeten erg handig zijn? In gezonde grond vind je veel diertjes zoals springstaarten, pissebedden en duizendpoten. Al deze kriebelbeestjes verbergen zich graag op vochtige, donkere plaatsen zoals onder de grond, onder rotsen, stukken hout of dood blad. Ze eten namelijk graag rottende bladeren, hout en paddenstoelen. Pissebedden komen uit dezelfde familie als garnalen en krabben. En weet je waarom al deze bodemdieren, waaronder kevers en regenwormen, zo belangrijk zijn? Ze recyclen rottend afval en dood plantaardig materiaal. Ze helpen slechte geuren en ziekten te elimineren. En daarmee doen ze mee aan het composteringsproces, wat goed is voor onze moestuin!



DOE DE SOKKENTEST!

Hoe gezond is je bodem? Zoek dat uit met een leuk en handig proefje: begraaft een sok of onderbroek!

Werkwijze

1. Begraaf een (niet al te vieze) katoenen sok, zakdoek of (schone!) onderbroek.
2. Graaf 'm na twee weken weer op. Zitten er gaten in? Mooi! Dan heb je gezond bodemleven en dat is goed voor je groente. Is je sok of ondergoed nog helemaal gaaf? Helaas! Misschien moet je wat extra compost op je grond gooien en er stiekem wat wormen bijdoen.
3. Je kunt dit experiment op verschillende plekken in je tuin herhalen en opschrijven waar het wemelt van het leven en waar het een soort woestijn is. Vraag: kun je een duidelijk verband zien tussen de hoeveelheid gaten in je sokken of ondergoed en de hoeveelheid beestjes die je vinden kunt op die plek?

Bekijk hier een [filmpje van Natuurmonumenten](#) waar ze deze test doen!



TIP

Ga ook op zoek naar bodembeestjes en teken en beschrijf wat je ziet!

