



# ECOLOGISCH TUINIERN VOOR BEGINNERS

velt

SAMEN  
ECO  
ACTIEF

ECOLOGISCH  
TUINIEREN  
VOOR BEGINNERS



## COLOFON

### Ecologisch tuinieren voor beginners

een uitgave van Velt vzw  
Vereniging voor Ecologisch Leven en Tuinieren

#### Auteurs

Geert Gommers, Greet Tijskens

#### Foto's

Stefan Jacobs (Cover, p. 3, 6, 15, 19, 23, 65)

Velt-archief:

Guy Augustijns (p. 10, 14)

Lieven David (p. 30, 32)

Evelyne Fiers (p. 28)

Heleen Smeyers (p. 5, 37)

Rosette Van Cauteren (p. 36)

Luc Vanhoegaerden (p. 20, 27, 39, 48, 51).

Creative Commons:

Tom Hilton (p. 12)

Janos Rusinczki (p. 41).

#### Lay-out en eindredactie

Bart Coenen

#### Lay-outconcept

Sfumato — [www.sfumato.be](http://www.sfumato.be)

#### Druk

The Factory, Brussel

Eerste druk: februari 2002

Tweede herziene druk: september 2007

Derde herziene druk: september 2010

Vierde herziene druk: augustus 2014

ISBN 9789081612883

© 2002-2014 Velt vzw

Vereniging voor Ecologisch Leven- en Tuinieren

Uitbreidingstraat 392c, B-2600 Berchem

[www.velt.nu](http://www.velt.nu)

Overname van uittreksels voor niet-commerciële doeleinden is mogelijk, maar alleen na overleg met Velt vzw - [redactie@velt.be](mailto:redactie@velt.be)



## INHOUD

Inleiding: de natuur als voorbeeld	4
Starten	7
Bodemzorg	15
Vruchtwisseling	21
Gewasbescherming	27
Biodiversiteit	35
De moestuin van maand tot maand	37
Tabellen	
Compostgift	24
Zaaidiepte	41
Zaaiafstand	45
Zaai kalender	68
Adressenlijst	71



## Inleiding: de natuur als voorbeeld

**De ecologische tuin neemt de natuur als uitgangspunt. Je boekt er succes door aanpassing en bewust te kiezen voor planten die geschikt zijn voor de bodem en het klimaat in je tuin. Je teelt je groenten in het geschikte seizoen.**

### AANPASSEN AAN OMGEVING

In de gangbare groenteteelt wordt de omgeving aangepast aan de plant. Dat gebeurt met behulp van kunstmest en bestrijdingsmiddelen. Verwarming wordt ingezet om te telen buiten het natuurlijke seizoen.

In de ecologische tuin gaat het er omgekeerd aan toe. Je boekt succes door aanpassing. Je kiest voor planten die geschikt zijn voor de bodem en het klimaat in je tuin. Je teelt je groenten in het goede seizoen. Zo voorkom je heel wat ellende. Planten die aangepast zijn aan hun milieu worden immers minder gauw ziek.

In dit boek richten we ons op succes. We kiezen voor planten die in principe overal gedijen. Prei bijvoorbeeld is er niet bij. Die plant staat graag met zijn hoofd in de wind en in een ommuurd stadstuinje kan dat al niet.

### BODEM VOEDEN

Tuinieren met kunstmeststoffen betekent dat je planten direct voedt, zonder omweg, zonder oog voor humusopbouw en bodemleven. De meststof werkt snel maar is ook snel uitgewerkt. Overschotten – bijvoorbeeld nitraat – verdwijnen in de diepere lagen van de bodem waar ze het grondwater vervuilen. Voor je plant blijft

er niets meer over. Je moet dus opnieuw bemesten. Om de vruchtbaarheid van je bodem ecologisch te onderhouden, zet je het bodemleven organische meststoffen voor. Het bodemleven zet deze meststoffen om in humus en humus levert het nodige aan je groenten. Een omweg? Jawel, maar daardoor komen de voedingsstoffen langzaam vrij, juist wanneer de planten het nodig hebben. Overschotten blijven voorradig voor later.

### DIVERSITEIT

Als je maar één variëteit zaait – dezelfde als bij je buurman – betekent dat een feest voor de belager die uitgerekend op die variëteit tuk is. Dat is niet de bedoeling. Diversiteit is belangrijk. In je moestuin kun je die diversiteit vergroten door te kiezen voor verschillende rassen van elke groente. Dat heeft heel wat voordelen. De ene boon is de andere niet en dat merken ook de belagers. Die vinden niet alles even lekker en laten al eens iets links liggen. Zo heb je altijd wat te oogsten. Dat heet risicospreiding. Verder brengen verschillende rassen in je tuin verschillende smaken op je bord.

### PREVENTIE

Als een belager uitgroeit tot een plaag die jij te lijf gaat met chemische producten, dan gaan die insecten niet allemaal dood. De sterkste overleven en zorgen voor nakomelingen die heel wat beter bestand zijn tegen dat bestrijdingsproduct. Die tweede generatie tast opnieuw je gewas aan. Je spuit een tweede keer, maar nu gaan ze niet meteen dood. Je moet im-



mers meer spuiten voor hetzelfde effect. En weer overleven er een paar enkelingen die zorgen voor nog sterkere nakomelingen... Zo kweek je plagen, geen groenten. In de ecologische tuin probeer je zoveel mogelijk problemen te voorkomen, door bodemzorg, door vruchtwisseling en door natuurlijke vijanden naar je tuin te lokken.

De ecologische tuinier denkt op lange termijn. Nu verdragen dat een belager een deeltje van je oogst verorbert, betekent dat je ook toestaat dat zijn natuurlijke vijand zich in jouw tuin zal vestigen.

### RESPECT VOOR MENS EN MILIEU

Voor de ecologische tuinier stopt het milieu niet bij de schutting van zijn tuin. Bij het tuinieren denkt hij aan de kringloop

in zijn tuin. Hij composteert zijn tuinafval, zo hoeft het niet verbrand of gestort te worden. Met die compost bemest hij de tuin. Dat betekent meteen dat hij zo veel energieverspilling voor productie en transport van kunstmest vermijdt. Ecologische gewasbescherming zorgt voor meer leven en variatie in de tuin. En voor lekkere en gezonde groenten.



# Gewasbescherming

**Wat betekent gewasbescherming eigenlijk? Je gewassen beschermen doe je om ervoor te zorgen dat die groenten voor jou zijn – en niet voor allerlei vogels en insecten. Denk nu niet meteen aan allerlei producten die bijvoorbeeld rupsen doden. Want als je die producten gebruikt, dan kies je voor een ingreep met grote gevolgen.**

## OVERLEVERS ZIJN STERKER

Als een vervelend insect uitgroeit tot een plaag die jij dan weer te lijf gaat met chemische producten, dan gaan die insecten niet allemaal dood. De sterksten overleven en zorgen voor nakomelingen, die heel wat beter bestand zijn tegen dat bestrijdingsproduct. Die tweede generatie tast opnieuw je gewas aan. Je spuit een tweede keer, maar nu gaan ze niet meteen dood. Je moet meer spuiten voor hetzelfde effect. En weer overleven er een paar enkelingen en die zorgen voor nog sterkere nakomelingen...

Gelukkig zijn er nog andere manieren om je oogst te verzekeren: het vermijden van ziekten. We spreken dan over preventieve maatregelen. Dit kan op verschillende manieren.

## PLAGEN KUNNEN ZINVOL ZIJN

Insectenvraat en ziekten spelen een rol in de natuur.

### • Ze ruimen zwakke planten op.

Zorg dus eerst voor gezonde planten: die zijn minder vatbaar voor aantasting.

### • Plagen en ziekten ruimen grote oppervlakten van hetzelfde gewas op.

Dat is immers niet natuurlijk. Door

monoculturen op te ruimen, komt er ruimte voor meer diversiteit.

## VOORKOMEN IS BETER

• Het beginpunt is een **gezonde en humusrijke bodem**. Die krijg je door zorg te dragen voor de bodem en voor het bodemleven: bacteriën, schimmels en insecten. Dat bodemleven verwen je met organisch afval.

• Ten tweede voorkom je zo veel mogelijke ziekten in je tuin door een **ruime vruchtwisseling**. Door te vermijden dat planten die gevoelig zijn voor dezelfde ziekten en plagen naast elkaar staan of elkaar opvolgen, voorkom je veel problemen. Een goed vruchtwisselingsschema helpt je hierbij. Planten van dezelfde familie komen pas na vele jaren op hetzelfde perceel terecht – tot grote spijt van hun belagers.

• Je kunt ook **barrières** oprichten tussen gewas en schadelijk insect. Koolkragen bijvoorbeeld (zie foto p. 31), of insectengaas of hindernissen voor slakken.

## SAMEN STERK: COMBINATIETEELT

Het combineren van gewassen is nog een manier om van de natuurlijke processen gebruik te maken. Grote oppervlakten met het favoriete gewas: daar zijn belagers tuk op! Een heleboel geschikt voedsel bij elkaar vormt een prima gelegenheid om één enkele belager te laten ontwikkelen tot een hele plaag. Als je gewassen combineert, voorkom je dit probleem. Bovendien krijg je verschillende wortelstelsels naast elkaar: zo benut je alle bodemlagen. Ten slotte beïnvloeden gewassen elkaars levensomstandigheden. De



## INSECTENGAAS

Insectengazen hebben breedtes van 1,4 tot 5 m en worden aan de meter verkocht. Meestal worden er tunneltjes van gaas gebouwd over het gewas. Je kunt bogen van elektriciteitsbuizen in de grond duwen en het gaas erover spannen. Leg de zijkanten van het gaas over de hele lengte met aarde vast. Of maak slippen met de spade, duw het gaas erin en druk de slippen met de voet dicht. Met een gaas van 3 m breed kun je een tunnel bouwen van ongeveer 2 m breed. Om voor- en achterkant van de tunnel dicht te maken, hou je een voldoende lang stuk over, zodat je ook dat uiteinde in de grond kunt stoppen. Voor een perceel van 4 m lang heb je zo een stuk tuinbouwgaas van ca. 6 m nodig.

Als je wilt wieden of dunnen, maak je het best een lange kant van de tunnel los en schuif je het gaas naar boven. Een handige knutselaar kan ook een verplaatsbaar raamwerk maken van hout of metalen buizen. Nog een andere mogelijkheid is gaas spannen in een eenruitterraam van de platte bak. Je kunt de bak ermee verluchten, zonder dat insecten kunnen binnenkomen, net als bij een hor in de slaapkamer. Gaas kun je ook los bovenop een gewas leggen. De zijkanten worden dan hier en daar met stenen vastgelegd om wegwaaien te beletten. Span het gaas niet aan; geef voldoende speling zodat het gewas bij de groei het gaas gemakkelijk omhoog kan duwen.

*Uit: Handboek ecologisch tuinieren. Velt.*





Venkel

## Juli-augustus. De hoogzomer

**In juli en augustus is de piek van zaaien en planten voorbij. Bonen, erwten en vroege aardappelen worden nu volop geoogst. Je kunt nog een laatste keer struikboontjes zaaien maar vooral voor het inzaaien van allerlei groenbemesters is het nu de geschikte periode. Vooraleer je op vakantie vertrekt, kun je het onkruid nog eens flink aanpakken. In deze zomerse dagen kan dat immers op korte tijd bloeien en zaad vormen. Verder vragen in deze periode ziekten en plagen aandacht.**

We overlopen nu alle activiteiten op onze zes percelen, verder bouwend op wat we eerder bespraken. Ten slotte komen ook de groenbemesters aan bod. Die komen op vrijgekomen groentepercelen. Ze worden niet geoogst voor menselijke consumptie maar spelen een belangrijke rol in de ecologische moestuin.

### KOOLGEWASSEN

Normaal plant je bewaarkolen (bijv. *Langedijker Bewaar*) uit tussen half mei en half juni. Uiterlijk kun je ze tot einde juni op hun standplaats zetten. In de zomer groeien ze verder door. Tussen de planten kun je zeker wat hooi of droog gras aanbrengen tegen onkruidgroei. Radijsjes kun je nog een keer zaaien in juli of augustus. Als het warm is, kun je vier weken na het zaaien al oogsten. Bij snelle groei bij hoge temperaturen onttrekt het blad gemakkelijk water aan de knol, waardoor de radijs voos wordt. Zorg dus voor voortdurend vochtige grond. *Cherry Belle* is hiervoor een

geschikt ras, maar ook met *Ijskegel* kun je voor de zomerteelt aan de slag.

Chinese kool wordt ter plaatse buiten gezaaid vanaf half juli tot half augustus, op rijen van 40 cm afstand. Zaai je vroeger, dan schiet hij vlug door, zeker als hij in zijn jeugdgroei dagen onder de 15°C meemaakte. Na de opkomst dun je uit in de rij op ongeveer 30 cm. Van deze plant zie je eerst een bladrozet van 6 tot 8 horizontaal staande bladeren. De volgende 2 tot 3 bladeren richten zich helemaal op. De daaropvolgende blijven dicht over elkaar gevouwen zitten en vormen zo een krop. *Granaat* is een ras dat een 40 tot 50 cm lange, losse kool met een donkergroen buitenblad geeft. Chinese kolen zijn snelle groeiers. Tussen zaaien en oogsten verloopt amper 2 tot 3 maanden. Typisch is ook dat de planten niet stevig in de grond staan. Al hebben ze een erg fijn vertakt wortelstelsel, toch krijgen ze snel te lijden van droogte. De minste groeihinder kan leiden tot doorschie-



Beginnende pompoenvrucht





## GENIET MEE MET VELT

Velt is dé vereniging voor al wie milieuvriendelijk aan de slag wil in de tuin of in de keuken. Bij Velt leer je niet alleen hoe je op een ecologische manier lekkere groenten kweekt; je ontdekt er ook alles over prachtige ecotuinen, over dier- en milieuvriendelijk kippen houden en over heerlijke gerechten vol vers ge oogste seizoengroenten.

Tal van publicaties en vormingen en het boeiende ledentijdschrift *Seizoenen* maken je wegwijs en helpen je om bewust en ecologisch te leven.

### Zoveel voordelen!

Als je lid wordt van Velt, geniet je meteen van tal van voordelen. Met je Velt-lidkaart krijg je korting op heel wat biologische of ecologische producten én op alle Velt-publicaties.

Zesmaal per jaar valt het tijdschrift *Seizoenen* in je bus, en je krijgt toegang tot het online *Seizoenen*-archief. Van je lokale afdeling krijg je uitnodigingen voor leerrijke activiteiten.

Heb je vragen over ecologisch tuinieren of koken? Dan geeft een Velt-medewerker je graag deskundig advies. Bovendien ontvang je als nieuw lid een leuk welkomstpakket.

Help ons om samen werk te maken van een milieuvriendelijke wereld! Neem een kijkje op **[www.velt.nu](http://www.velt.nu)** en word vandaag nog lid.

**Velt vzw**  
Uitbreidingstraat 392c  
2600 Berchem  
03 281 74 75

**Velt Nederland**  
Griendstraat 15  
5662 RE Geldrop  
040 285 44 67

**[www.velt.nu](http://www.velt.nu)**