

BALKON

Groen, sfeervol en duurzaam

Lotte Coers

TERRA

©2020 Uitgeverij TERRA

Terra maakt deel uit van TerraLannoo bv
Postbus 23202
1100 DS Amsterdam, Nederland
info@terralannoo.nl
www.terra-publishing.com

 terrapublishing

 terrapublishing

Tekst: Lotte Coers
Eindredactie: Marianne Wilschut
Ontwerp omslag en binnenwerk: RAZA - Daphne van Langen
Foto voorzijde omslag: De Balkonie/Friederike Joppen
Illustraties: Kristina Kemeniková

Eerste druk, 2020

ISBN 978 90 8989 827 2
NUR 450

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

INHOUD

Bijna alles wat
in de volle grond
groeit, groeit
ook in potten en
kistjes

8 HOOFDSTUK I - Groen

Zoek in plaats
van de koffietent
om de hoek
je eigen
balkon op

24 HOOFDSTUK II - Van binnen naar buiten

Bescherm
je balkonplanten
goed tegen harde
wind en felle zon

40 HOOFDSTUK III - Creatief op je balkon

Met handige
gadgets kun je
iedere centimeter
benutten

56 HOOFDSTUK IV - Borreltijd

Refuse, re-use,
recycle;
kick af van je
plastic
verslaving

70 HOOFDSTUK V - Greening the City

Waste isn't
waste,
until we waste it

84 HOOFDSTUK VI - Materiaalgebruik

Moestuinen
is een goede
work-out
waarmee je weer
in contact komt

96 HOOFDSTUK VII - Een duurzaam balkon

6 INLEIDING

106 ADRESSEN

111 DANKWOORD

112 FOTOVERANTWOORDING



INLEIDING

Als we van alle balkons, groot en klein, groene oases zouden maken, dan maken we van steden een groene, leefbare wereld.

De meesten van ons hebben of hadden ooit een balkon. Misschien hoort er een balkonnetje bij je eerste studentenkamer, of je besluit na jaren tuinieren en groot wonen om naar een appartement, penthouse of etage met balkon te verhuizen. Of je koopt eindelijk dat vakantieappartement met balkon, waarvan je zo lang hebt gedroomd.

7

Maar wat kun je allemaal met een balkon? In dit boek lees je alle tips over het planten van groen, de aanleg van een mini-moestuin, het creëren van werkruimte, maar ook ideeën voor de inrichting, praktische tips voor het schoonhouden en nog veel meer. Een aantal interviews met onder anderen een stadsimker geeft meer achtergrondinformatie over duurzaamheid en ‘Greening the City’. Als je je balkon vergroent, kun je zelfs bijdragen aan een sterkere biodiversiteit in de stad.

Uit onderzoek blijkt dat natuur helpt om gezonder te blijven. Hoe meer groen in de directe omgeving, hoe langer de levensduur, hoe minder stress, etc. En het goede nieuws is, dat zelfs een klein beetje groen al helpt!

Dus, ook al is je balkon nog zo klein, ga aan de slag en ervaar de positieve invloed van meer groen in je omgeving. Geniet van een ontbijtje in de zon, nodig je vrienden uit voor een balkonborrel of zie de zon 's avonds ondergaan vanaf het balkon.





HOOFDSTUK I

GROEN

GROEN

Groen in elke ruimte, juist op het balkon! Ook een kleine buitenruimte is makkelijk om te toveren tot een groen paradijs waar je kunt genieten van bloemen, planten en waar je je eigen groenten kunt verbouwen.

10

Wie in de stad woont, heeft vaak niet de luxe van een tuin, maar meestal wel een balkon of dakterras. Hét grote verschil met een normale tuin zit 'm vooral in het feit dat je niet echt in de bodem kunt planten, maar alles moet oplossen met bakken en potten. Planten hebben dus een beperkte ruimte om te wortelen en hebben bovendien minder voedingsstoffen die ze uit de bodem kunnen halen. Het is daarom nog best een uitdaging om succesvol te tuinieren op driehoog-achter.

Toch is het mogelijk om ook daar dat groene tuingevoel te krijgen. Dit hoofdstuk behandelt de do's en don'ts van het balkon-tuinieren. We kijken wat de mogelijkheden zijn voor het creëren van een groen, aantrekkelijk balkon of dakterras en hoe je dit het

beste kunt onderhouden. Tuinieren op een balkon of dakterras biedt meer mogelijkheden dan veel mensen denken. De uitdrukking 'wie het kleine niet eert...' is hier goed van toepassing, want juist omdat de oppervlakte zo beperkt is, zit je met je neus boven op het wel en wee van planten.

Wat is groen op het balkon?

Groen, wat is groen nu eigenlijk? Met dit brede begrip bedoelen we in dit boek het tuinieren op een balkon of een dakterras, met oog voor bijen, vlinders en vogels.

Wat doet een groen balkon met je?

Groen is onmisbaar in de stad. Van een balkon op vierhoog vol met kleurrijke bloemetjes of een uitzicht op



een parkje worden de meeste mensen blij. Waarom? De leefomgeving is een belangrijke factor in het welzijn en de gezondheid van de mens. Uit onderzoek van hoogleraar natuurbeleving Agnes van den Berg blijkt dat natuur helpt om gezonder te blijven. Hoe meer groen in de directe omgeving, hoe minder stress, wat weer gunstig is voor de weerstand. Een beetje groen doet al wonderen; de drempel voor het positieve natuureffect is verrassend laag. Alleen al het zien van een boom of het verpotten van een kruidentuin maakt het omgaan met stressvolle ervaringen makkelijker en

heeft een positieve invloed op zelfdiscipline en zelfbeheersing.

Waarom groen in de stad?

Behalve dat groen goed is voor de gezondheid van de mens, verbetert groen in de stad het milieu en zorgt het ook nog eens voor het tegengaan van het verlies aan biodiversiteit. Het vermindert de luchtvervuiling, dempt geluidshinder en zorgt voor verkoeling tijdens warme periodes. Kortom, groen is essentieel voor een klimaatbestendige en duurzame omgeving.

Bijna alles wat
in de volle grond
groeit, groeit
ook in potten en
kistjes



BALKONPLANTEN

Er zijn talloze mogelijkheden om het balkon met planten op te fleuren; speel met verschillende hoogtes, hang plantenbakken aan de reling, laat klimplanten langs de muur groeien en bedenk voor elk seizoen weer een andere beplanting. Plant de planten wel in potten met gaten, zodat het water eruit kan lopen tijdens een stortbui en de wortels niet gaan rotten. Verder is het ook slim om uitgebloeide bloemen te verwijderen, zodat alle energie van de plant naar de nieuwe bloemen gaat. En, heel belangrijk, hou bij het uitkiezen van de planten rekening met de ligging van het balkon, want een balkon op het noorden vraagt om andere planten dan een balkon op het zuiden.

12



→ Balkon op het noorden

Op het noorden komt weinig zon waardoor vooral sterke schaduwplanten geschikt zijn, zoals bergthee, hartlelie, varens, skimmia en klimop. Ook de bellenplant (fuchsia), astilbe, begonia, hortensia en het vlijtig liesje gedijen in de schaduw.

→ Balkon op het oosten

Op een balkon op het oosten pik je de eerste zonnestralen mee. In de middag is er vooral schaduw. Een mix van zonliefhebbers en schaduwplanten is dus ideaal. Planten die goed groeien op een balkon op het oosten zijn onder andere afrikaantjes, ijzerhard, palmlilie, viooltjes, strobloem en petunia.

→ Balkon op het zuiden

Heel zonnig, dus kies planten die goed in de volle zon groeien en tegen droogte bestand zijn; anjers, margrietten, rozen, lavendel, druif en pelargonium. Let op: geef de planten genoeg vocht om uitdroging te voorkomen.

→ Balkon op het westen

Een balkon op het westen vangt snel wind omdat de wind in Nederland vaak uit het zuidwesten waait. Kies daarom vooral voor een stel stevige planten die tegen een stootje kunnen, zoals bamboe, buxus, cyclamen, huislook, heide en Spaanse margriet.

Een passende pot



In principe is alles waar grond in kan geschikt om planten in te kweken: van een oud blik tot een terracotta-pot, en van een een plantenkrat tot een gerecycled olievat of zelfs een oude wasmand. Bij elke plant past een bepaalde potmaat. Zo nemen bloembollen of eenjarigen met een kleine pot genoeg, want ze staan er relatief kort in. Een baard-iris wortelt oppervlakkig en kan dus in een ondiepe pot, maar een heester die jarenlang in een pot groeit, heeft al gauw minimaal 40 liter potgrond nodig. Let wel op, want ook de verhouding tussen het volume van de pot en de plant bepaalt het succes. Voor een balkon of dakterras is het gewicht van potten erg belangrijk, omdat de constructie ze wel moet kunnen dragen. Daarvoor is er lichtgewicht substraat verkrijgbaar. En zet potten niet alleen op de vloer maar bevestig ze ook aan de muur of reling.



Stap voor stap een pot beplanten



Stap 1 Drainage

Zorg voor een of meerdere gaten onder in de pot of bak, zodat gietwater en regenwater goed uit de pot kunnen lopen. Leg een laag kleikorrels of potscherven op de bodem om te voorkomen dat de potgrond uit de pot spoelt. Breng niet te veel korrels aan, want er moet zo veel mogelijk ruimte blijven voor de aarde.

Stap 2 Pot bekleden

Bekleed de binnenkant van de pot met gerecycled plastic om te voorkomen dat de potgrond uitdroogt.

Stap 3 Potgrond

Vul de pot met de juiste potgrond, want dit is onmisbaar voor een goede en gezonde groei van de wortels. Blijf ruim onder de rand tijdens het vullen zodat er ruimte is voor de wortelkluitjes.

Potgrond is er in alle soorten en maten, met of zonder keurmerk. Het RHP-keurmerk staat voor de kwaliteit en het MPS-keurmerk voor de duurzaamheid van de potgrond. Aan de meeste pot-

grond zijn meststoffen toegevoegd die een tot twee maanden werkzaam zijn, maar je kunt ook zelf producten toevoegen. Heb je een dakterras en is gewicht een punt, dan is het belangrijk om perliet (minerale bolletjes) toe te voegen aan het grondmengsel, zodat het wat minder zwaar wordt.

Stap 4 Planten verdelen

Dompel de planten in een emmer met water en laat ze uitlekken. Haal ze dan uit de pot en maak de wortels voorzichtig een beetje los. Verdeel de planten over de beschikbare ruimte en houdt de bovenkant van de kluit gelijk met de bovenlaag van de potgrond. De aarde moet ongeveer 2 cm onder de rand van de pot blijven, zodat je makkelijk water kunt geven.

Stap 5 Water geven

Geef de potbeplanting nu ruim water. Als de potgrond wat inzakt, kun je nog een beetje aarde toevoegen. Strooi bovenop eventueel een topping, zoals fijn grind of kiezels.





“Ik zie mezelf liever
als bijenhoeder
dan als bijenhouder”

DE STADSIMKER

Annemieke Timmerman is oprichter en eigenaar van stadsimkerij Soet Heem in Amsterdam. Sinds 2009 is ze actief in de bijenwereld, onder meer als ‘Imker Miek’. Ze zorgt voor zo’n 25 bijenvolken.

19

Wie ben jij?

“Ik ben Annemieke Timmerman en heb stadsimkerij Soet Heem opgericht. Daarnaast werk ik als senior expert ‘beekeeping’ bij PUM, een non-profitorganisatie die bedrijven uit ontwikkelingslanden adviseert. Ook ben ik actief in de Nederlandse Bijenhouders Vereniging en bestuurslid van stichting BeeSupport, een organisatie die steun geeft aan kleinschalige en milieuvriendelijke bijenteeltprojecten in ontwikkelingslanden, zoals Zimbabwe, Kenia, Oeganda, Ghana, Ethiopië en Tanzania. Het doel van BeeSupport is om bijenteelt als belangrijke bijdrage tot verbetering van de levensomstandigheden van de bevolking en natuurbehoud onder de aandacht te brengen.”

Waarom ben je imker geworden?

“Wereldwijd wonen er meer mensen in de stad dan op het platteland. Daarom wil ik er graag voor zorgen dat de stad een groene thuishaven wordt, voor de bij en andere insecten, en ook voor de mensen. Kortom, ik draag graag bij aan het terugbrengen van

de oude land- en tuinbouw in de stad. Ik ben dan ook groot voorstander van volkstuinparken, schooltuinen en buurtmoestuintjes.”

Waar houdt jij jouw bijen?

“Op verschillende plekken in de stad, in Westerpark, Amsterdam-Noord, Amstelveen, Foodcenter, de Amsterdamse Hortus en in mijn eigen piepkleine stadstuintje in Amsterdam-West.”

Wat voor type imker ben jij?

“Er zijn talloze soorten imkers: onderzoekers, docenten, filosofen, natuurliefhebbers, bestuivingsimkers, imkers die bijenproducten oogsten voor verzorgingsartikelen, honingimkers of misschien wel honingjagers en ga zo maar door. In mij zitten alle soorten imkers, maar ik zie mezelf eigenlijk liever als ‘bijenhoeder’ dan als bijenhouder. Een bijenvolk is geen bezit, je mag voor de bijtjes zorgen zolang de natuur het toestaat.”

“Een imker of bijenhoeder houdt (van) honingbijen. Mijn visie op de stadsimkerij gaat verder en richt zich op alle bestuivers (insecten) en ook op andere kleine beestjes, zoals wormen, vogels, vleermuizen en spinnen. Ik eer het kleine met mijn motto: insecten zijn een indicator voor de kwaliteit van een biotoop. Als de bijen goed gedijen, dan gaat het de mensen ook goed.”



“De bijen halen honing, de imkers maken er een potje van”

Wat is jouw visie op biodiversiteit?

“Biodiversiteit in de stad is een breed begrip, iets wat te maken heeft met de bloemetjes en bijtjes. Waar het bij biodiversiteit om gaat, is dat je je goed kunt aanpassen aan een omgeving die voortdurend verandert. Dit is zowel voor planten als dieren en mensen enorm belangrijk. Een biodiverse omgeving voorziet namelijk in voedsel en voedsel zorgt voor overleving en voortbestaan. Een leefomgeving is een voedselketen met een precair evenwicht, waarin plat gezegd bloemen voedsel bieden aan insecten, die voedsel zijn voor vogels, die gegeten worden door de zoogdieren, enzovoorts. Bij insecten zorgen suikers voor energie om te vliegen en te bouwen. Stuifmeel (het pollen) zorgt voor de vitamines en de mineralen om te groeien. Biodiversiteit is belangrijk; een grote biodiversiteit verhoogt de gezondheid van de omgeving!”