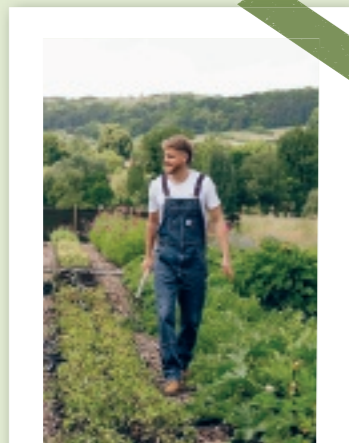


# DE MOESTUINMAN



Hoi! Ik ben Simon, maar je kent mij waarschijnlijk als *de Moestuinman*. Ik ben dan misschien wel wat ouder dan de meeste lezers van dit boek, maar in mij zit nog altijd een heel groot kind verstopt. En dat kind is helemaal verslaafd aan de moestuin en alles daaromheen!

Een paar jaar geleden begon ik tijdens de lockdown in de coronaperiode met een zakje broccolizaden en een potje vol met aarde. Ik kiepte bijna het hele zakje in één potje. Ik leg je later in dit boek uit dat dit niet zo handig is, maar er kwamen toch héél veel plantjes omhoog. Dat is *zo bijzonder!* Want hoe kan het nu dat uit zo'n piepklein zaadje een hele plant groeit? Precies, dat is bijna niet te geloven. Ik vond het zo fijn om hiermee bezig te zijn dat ik overal zaadjes vandaan toverde: uit de paprika's en tomaten als ik ging koken, maar ook uit een watermeloen of een citroen. Voor ik het wist stond mijn hele huis vol met plantjes en begon ik een moestuin.

*Dat kun jij ook!* Of je nu een grote tuin hebt, een balkon of alleen een vensterbank, er is altijd iets mogelijk. Je hebt daarvoor natuurlijk wel een aantal dingen nodig en daar ga ik je in dit boek alles over vertellen.

Hopelijk heb je net zo veel zin om te starten als ik en kunnen we gaan zaaien, oogsten en de bloemetjes buiten gaan zetten!

Vriendelijke groente,

Simon



# Moestuinplan maken



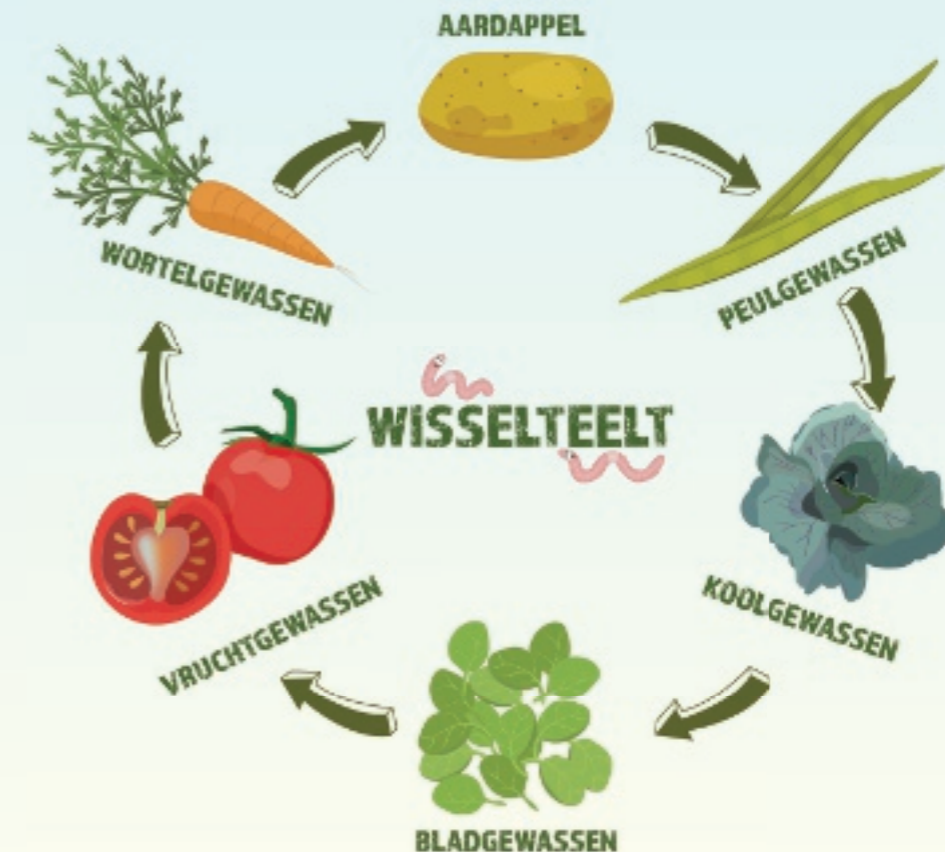
Het geheim van een goede moestuin begint met een sterk plan. Het is verstandig om na te denken welke plantjes je gaat kweken en op welke plek. Om niet te vergeten wat je bijvoorbeeld waar hebt gezaaid, kun je een **moestuinplattegrond** maken. Je kunt op die manier ook goed bijhouden wat er vorig jaar in je moestuin stond.

## DOEN:

Je hebt de locatie van je moestuin bepaald, goed zo! Nu is het tijd om een mooie plattegrond van je moestuin te maken. Hoe groot is je tuin of wat zijn de afmetingen van je bakken of potten? **Teken je tuin na.** Het liefst op schaal. Doe dit samen met een volwassene als je nog niet weet hoe dit moet.

Voorbeeld: als je een moestuinbed van 1 bij 1 meter hebt, kun je het natekenen op een vel papier als 10 centimeter bij 10 centimeter. De schaal is dan 1:10. Eén centimeter op je tekening is in werkelijkheid tien centimeter.

Hoe groot of klein jouw moestuin ook is, je kunt hem het best verdelen in minstens zes (+ 1) stukken. Of dit nu in één bak is of dat je de bodem verdeelt in zes losse bedden, dat maakt niets uit. Er zijn namelijk zes moestuinfamilies die we elk hun eigen stukje geven. Het is belangrijk om deze families ieder jaar weer naar een ander plekje in je moestuin(bak) te verhuizen. We noemen dit **wisselteelt**. Het helpt ziekten te voorkomen en voedingsstoffen in de bodem te houden. De plantjes helpen elkaar door elk een ander stofje uit de bodem te halen.





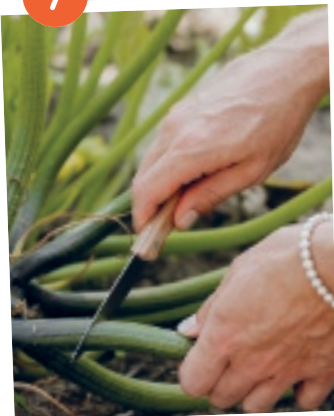
### DOEN: Courgette-trompet

Heb jij ooit van een courgette-trompet gehoord? Nee? Dan is dit je kans om er eentje te maken en de tuin op stellen te zetten! Terwijl jij aan het toeteren bent, kunnen de volwassenen fluiten naar hun rust. Zo maak je een courgette-trompet in een paar simpele stappen:

- Zoek een grote steel van een courgetteplant uit en snijd die dicht bij de stam af.
- Knip of snijd het blad eraf, maar zorg dat je de steel niet openmaakt.
- Stekels alert! Schraap de stekels van de dichte kant waar het blad zat weg.
- Maak voorzichtig een klein sneetje in de dichte kant van de steel.
- Zet je lippen om het sneetje en blazen maar.
- Werkt het niet meteen? Geen paniek! Maak het

snetje een beetje groter en probeer het opnieuw. Even oefenen en iedereen hoort je aankomen!

1



3



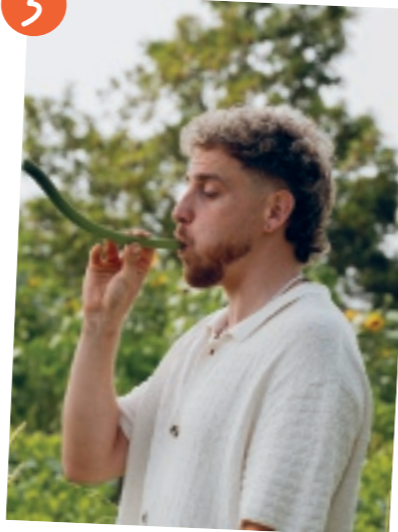
2



4



5



# Ontkiemen en groeien

Nadat je gezaaid hebt, kunnen de zaadjes gaan *ontkiemen*. Laten we daar eens goed naar kijken.

### Hoe werkt ontkiemen?

In een zaadje zit alles wat nodig is om een plantje te laten groeien. Het zaadje heeft een buitenkant die als een *beschermend laagje* werkt. Zodra het zaadje in de aarde zit en vocht opneemt, breekt dit beschermende laagje open en komt er een klein worteltje naar buiten. Dat worteltje gaat de grond in om water en voedingsstoffen op te nemen. Kort daarna verschijnt er een klein groen sprietje dat naar boven groeit, en dat wordt het eerste steeltje van de plant.



Net als mensen hebben veel zaden en plantjes speciale wensen voor bijvoorbeeld voeding en verzorging. Die wensen kun je lezen op de zadenzakjes. Maar uiteindelijk hebben alle moestuinplantjes hetzelfde nodig om goed te kunnen groeien: aarde, zonlicht en water.

### Aarde

Zonder aarde kunnen planten niet groeien. De wortels houden zich aan de aarde vast, zodat de plant stevig kan blijven staan. Er zitten veel **voedingsstoffen** in de aarde die de wortels van de plant kunnen opzuigen om zo te kunnen groeien en bloeien.

Als je een moestuin in potten of bakken hebt, dan is speciale **moestuingrond** een goed idee. Potgrond kan ook, maar hier zit minder voeding in. Dan is het goed om plantenvoeding of *compost* toe te voegen.

### Zonlicht

Planten hebben energie nodig om te groeien. Die **energie** maken zij zelf met behulp van zonlicht. Dit noemen we met een



moeilijk woord *fotosynthese*. Planten halen koolstofdioxide (CO<sub>2</sub>) uit de lucht, water uit de grond en zetten die samen met zonlicht om in glucose. Daarmee maken ze *zuurstof*. Alles wat ze te veel maken geven ze aan de lucht. Ze helpen ons dus om goed te kunnen ademen!



### WAT IS HET?

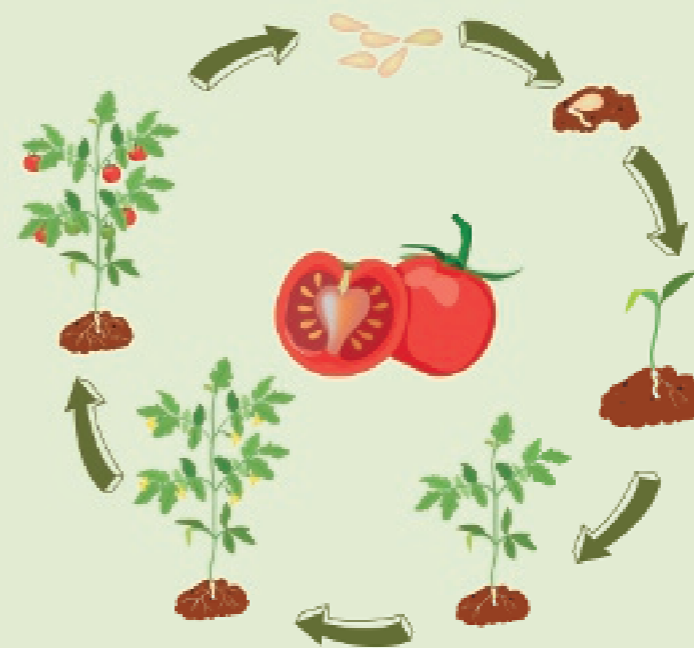
**Ontkiemen** is het moment dat een zaadje begint te groeien en een plantje wordt. Stel je een zaadje voor als een klein, slapend plantje dat wacht op de juiste omstandigheden om te groeien.

### Water

Zonder water is er geen leven. Dat geldt ook voor planten. Maar planten houden niet van zwemmen. Maak daarom gaatjes in potten en bakken en leg eventueel wat stenen of oude potscherven op de bodem. Zo kan het teveel aan water weglopen.

### Geheim ingrediënt

Dit geheime ingrediënt is niet te koop, maar is misschien wel het belangrijkste ter wereld: **liefde!** Zonder liefde groeit er niets, dus stop de zaadjes in, zeg welterusten, geef ze voldoende water, wens ze goedemorgen of zing een liedje. 'Zeg ken jij de moestuinman, de moestuinman, de moestuinman...'



### Groeien

Als je zaadje is ontkiemd en jij er goed voor blijft zorgen, dan groeit het steeds groter. Eerst komt het worteltje naar buiten. Het worteltje groeit en er komen twee blaadjes boven. Dit noemen we **kiemblaadjes**. De plant blijft groeien, maakt meer wortels en bladeren en uiteindelijk bloemen. Na *bestuiving* maakt de plant vruchten of zaden. Op de tekening zie je een tomatenplant. In de tomaat zitten zaadjes. Als wij de tomaat niet zouden plukken, valt hij uiteindelijk op de grond. De zaadjes dus ook. Zo kunnen er volgend jaar weer tomatenplantjes groeien. Zo blijft het altijd doorgaan. We noemen dit een *levenscyclus*.



# Beestjes

Er leeft van alles in en rondom de tuin. Het zoemt, vliegt, loopt, kruipt, kriebelt en beweegt. Al dat leven is nodig, want het zorgt ervoor dat je plantjes goed groeien. Sommige van die beestjes zijn net zo dol op groenten en fruit als jijzelf. Die heb je misschien minder graag in je moestuin. Maar onthoud: een moestuin heb je niet alleen voor jezelf.



Even de belangrijkste beestjes voorstellen:

## Wormen

Wormen zijn de helden van de moestuin. In een gezonde moestuin of composthoop zitten dan ook veel wormen. Wormen eten samen met allerlei andere 'kriebelbeestjes' restjes plantaardig materiaal. En wat moet jij doen als je heel veel gegeten hebt? Juist: poepen!

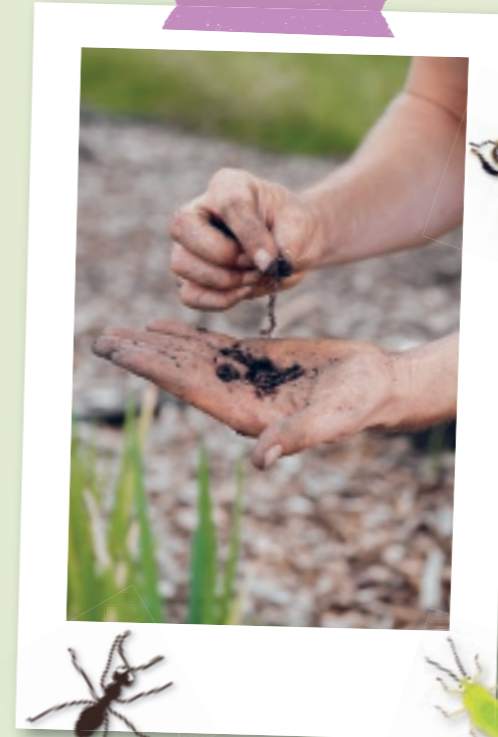
Bah, hoor ik je denken. Poep is toch vies? Wormenpoep is geweldig goede voeding voor planten en bomen. Ze laten ons dus een poepie ruiken, maar gelukkig stinkt die niet!

Heb je een worm al eens goed bekeken? En durf je hem over je hand te laten kruipen? Niet bang zijn, ze bijten niet.

Wist je dat een regenworm wel **tien harten** heeft?

## DOEN: Wormenhotel

Een wormenhotel is ideaal voor je tuin of balkon. De wormen eten jouw keukenafval op en poepen de restjes dan weer uit. Zo ontstaat er supervoedzame *compost*. Deze compost noem je ook wel wormenthee. Het is waterig en druppelt door de gaatjes in de onderste emmer van het wormenhotel. Je kunt deze thee mengen met water en bij je plantjes gieten. Perfecte natuurlijke mest.



Je hebt zo bovendien minder afval, de wormen eten het op. Belangrijk om te weten: wormen eten vooral groente- en fruitresten. Geef ze geen gekookt eten, brood, zuivel, vlees of vis.

## Wat heb je nodig?

- 3 plastic emmers (of bakken) die in elkaar passen
- een deksel voor de bovenste emmer
- een steen of oud plantentopje om ruimte tussen de emmers te maken
- boormachine, boortje van 10 millimeter en 20 millimeter
- krantenpapier, karton, droge bladeren of stro
- een beetje compost of potgrond
- een paar handjes compostwormen (tijgerwormen). Dit zijn geen regenwormen!
- groente- en fruitresten

## Zo maak je het:

- Boor kleine gaatjes in de bodem van twee emmers en luchtgaatjes in de deksel. Boor ook wat grote gaten in de zijkanten van de middelste en bovenste emmer. Laat de onderste emmer of bak heel.
- Schuif een emmer met gaatjes in de dichte emmer. Zorg voor ruimte tussen de bodems door een steen of plantentopje in de onderste emmer te leggen.
- Stop de strookjes krantenpapier, karton, bladeren of stro in de middelste emmer, samen met wat compost of potgrond. Herhaal dit in laagjes en laat de wormen hierin los.
- Vul de bovenste emmer met afval van groenten en fruit, maar doe hem niet helemaal vol.
- Zet de emmer met afval boven op de emmer met wormen.
- Leg de deksel met luchtgaatjes op je wormenhotel. Klaar!
- Zet het wormenhotel op een plek in de schaduw, wormen houden niet van licht.
- Wacht drie maanden: in de onderste bak zit straks vloeibare mest voor je planten!
- Blijf je wormen steeds bijvoeren door meer afval toe te voegen aan de bovenste emmer.

## DOEN: Insecten drinkbakje

Tijdens warme en droge dagen hebben ook insecten water en verkoeling nodig. Vaak kunnen ze niet landen op het water en als ze dat toch proberen verdrinken ze. Jij kunt ze supermakkelijk helpen: