

## Een gezonde tuin, een mooie tuin.

**Samenvatting** van de lezing voor VTVV door Marie-José Meertens op 23 jan. '20.

De bosrand als voorbeeld.

Een gezonde tuin is meestal een mooie tuin. Dat roept de vraag op: hoe ga je om met ziekten en wittvlieg of slakken? Uitgangspunt is: voorkomen is beter dan genezen. Maar hoe?

Voor het antwoord daarop neemt Marie-José Meertens een bosrand als voorbeeld van een gezonde tuin. De beplanting varieert er van hoog naar laag en de bodem is bedekt met blad, de strooisellaag. Dit vormt de ideale omstandigheden voor plant en dier die hier voldoende voedsel, beschutting en wat schaduw vinden. Er wordt niet bemest en tóch is er voldoende voeding voor de planten die zich er thuis voelen. Wat kunnen wij hiervan leren voor onze moes-/siertuin?

Het korte antwoord luidt: tegengaan van ziekten en plagen doe je het beste door een goed beheer van je grond, je groen en al wat daarin, daarop en daarboven leeft. Dus door *met* de natuur in plaats van *tegen* de natuur te werken. Dat kan door:

- 1 het leefmilieu van de (helpende) dieren te verzorgen;
- 2 bodemverzorging;
- 3 teeltwisseling, combinatieteelt en gebruik van resistente plantenzaden;
- 4 wijs omgaan met water, en
- 5 zelf plantaardige (huis-)middeltjes te maken.

In de lezing werden deze aspecten van goed beheer een voor een onder de loep genomen.

Het leefmilieu van de (helpende) dieren verzorgen.

De natuurlijke bestrijders van onder andere rupsen, luizen en aaltjes zijn vogels, mollen, egels, padden, muizen, vlinders, bijen en mieren, samen met nog meer ondergrondse helpers, te weten de bacteriën, schimmels, wormen enzovoort. We doen er dus goed aan die natuurlijke bestrijders een handje te helpen.

Boven de grond kunnen we dat doen door te zorgen voor een gelaagde beplanting in én om je tuin waarin vogels en vlinders veilig zijn. Zorg ook dat er voedsel en water is en dat ze kunnen schuilen en zich voortplanten. Maak mogelijkheden voor egels en padden om te overwinteren, bijvoorbeeld een flinke hoop bladeren. Verzorg de bovenlaag van de grond, opdat er een goede humuslaag ontstaat die voedsel geeft aan de planten en het bodemleven.

Ook onder de aarde krioelt het van het leven en hoe méér leven daar is hoe gezonder het is voor de tuin.

Al dat leven kan schade veroorzaken. Maar hoe meer biodiversiteit en balans er in de tuin is, des te kleiner zullen de verstoringen, de plagen zijn. Aan ons dus de keuze hoe we om gaan met het (on-)gedierte en de plagen. Vraag je af: is het dit een erge plaag of moet ik even wachten tot het evenwicht hersteld is? Zal ik chemie (gif) gaan gebruiken en de balans verstoren ter wille van een beter resultaat op korte termijn of een minder verstorend huismiddel? Dat is in de praktijk soms een lastige keuze.

Bodemverzorging- compost.

Regenwormen maken de grond luchtig en zorgen met hun minuscule kleine gangen voor een drainagesysteem. Mollen bewijzen ons dezelfde dienst. Beschouw ze dus als helpers.

Zorg voor een gezonde teeltbodem met compost; je kunt het vergelijken met de gezonde strooisellaag van de bosrand. Je helpt zo het bodemleven. De humuslaag die daarmee ontstaat is de basis van je plantenteelt. Compost is niet alleen op zandgrond heel gewenst maar ook op onze kleigrond. Het bodemleven dat je met de compost toevoegt aan de grond helpt mee de bodem los te maken. Het is dus zeker zinvol zelf compost te maken.

Spitten verstoort het bodemleven. Immers, op elke diepteloog is een ander type bodemleven actief. De ordening daarvan wordt verstoord met het spitten. Beter is het de grond los te maken. Dit kan ook met een spitvork. Wil je je kleigrond tóch spitten, doe het dan in november, werk compost erdoor en leg er een mulchlaag over. Want mulchen beschermt het bodemleven, en de voedingsstoffen spoelen minder snel uit.

Kunstmest met meer dan 10% stikstof, fosfor en/of kalium kan het bodemleven niet verwerken en dat spoelt uit. Daarmee zijn planten en bodem dus niet geholpen.

Teeltwisseling, combinatie teelt, lokplanten en resistente plantenzaden

Een derde methode om te zorgen voor een gezonde tuin is teeltwisseling. Het is raadzaam om in deze volgorde te telen:

Jaar 1: kool – blad – vrucht – wortel - aardappel – peulgewassen

Jaar 2: blad- vrucht- wortel- aardappel- peulgewassen- kool

Elk jaar schuift u het gewas op deze wijze door. Zie hiervoor ook het “schema wisselteelt in 6 jaar”. Zo profiteert bijvoorbeeld de kool van de stikstof die de peulgewassen in de grond hebben achtergelaten.

Kies ook planten die het goed doen op de kleigrond. Planten die zich daar niet thuis voelen dwingen u tot onnatuurlijke maatregelen. Kies verder de juiste combinaties, plant bijvoorbeeld de ui-achtigen bij de wortels ter bestrijding van de wortelvlieg of plaats sterk geurende kruiden bij kool tegen het koolwitje. Bepaalde combinaties maken sterk. Zie hiervoor het document “goede plantencombinaties”.

Leid de insecten af, van jouw gewas, door lokplanten. Oost-Indische kers, brandnetels en goudsbloemen schrikken houdt bijvoorbeeld de zwarte luis op veilige afstand. Kervel verjagen de slakken en radijs is een schrik voor kevertjes.

Het principe is ook hier: maak een polycultuur in plaats van een monocultuur. Zo beperk je de plagen. En als je resistente rassen kiest ben je de plagen al ‘een stap voor’.

Wijs met water

Voorkom dat watergebrek of overvloed de plant verzwakt.

Als je ‘s avonds teveel geeft kan het niet verdampen en werkt het de hele nacht in op de plant, die daardoor gevoeliger voor schimmel wordt! Het advies is dus: giet ‘s ochtends vroeg, dichtbij de plant, en veel ineens.

Zelf plantaardige (huis)middeltjes maken.

Van brandnetels, smeerwortel, heermoes en varens kun je middeltjes maken die de plant versterken. Van smeerwortel bijvoorbeeld is een 'gier' te maken die Kalium bevat. In het boek *B.Bertrand, J.-P. Collaert en E.Petiot, "34 planten om mee te tuinieren."* wordt voor 34 planten beschreven welk middel ermee te bereiden is. Misschien een naslagwerk voor onze vereniging? In het document "Sproeimiddelen" vindt u drie voorbeelden uit dit boek.

Samenvattend luidde het advies van deze avond: heb aandacht voor wat gedaan kan worden zowel *in* als *op* en *boven* de grond als je op een duurzame manier slak, witvlieg, gebrek aan voedingstoffen of verzuring wilt tegengaan. Verzorg de biodiversiteit en ondersteun zo het natuurlijk evenwicht. Maak incidentele bestrijding daarmee zoveel mogelijk overbodig. Meewerken met de natuur in plaats van bestrijding geeft op de langere termijn betere oogst en een mooiere tuin. Milieuvriendelijk tuinieren is kringlooptuinieren.