

STARTBROCHURE

BALKON TERRAS

GOOD FOOD- ZADENKIT

Uw eigen
moestuin op uw
balkon of terras



leefmilieu
brussel
.brussels 



GoodFood

BETER PRODUCEREN, GOED ETEN

.brussels 



Proficiat!

U gaat uw eigen groenten telen op uw balkon of terras.

Zodra de lente in het land is, kunt u uw biologische zaden voor **snijsla, kerstomaten en basilicum** zaaien.

In deze brochure vindt u alle basisinstructies om **uw eigen groenten op ecologische wijze te telen**. In de lente ontvangt u via e-mail **videotutorials** die u op weg helpen hoe te zaaien, hoe uw tomaten te verplanten en hoe u uw plantjes kan uitplanten in potten of bakken.

U vindt deze filmpjes en nog veel meer technische info op www.leefmilieu.brussels/zadenkit.

Hebt u vragen? Roep dan gratis de hulp in van de **Moestuinmeesters**, een netwerk van opgeleide vrijwilligers die u heel graag willen helpen: www.moestuinmeester.be

Welkom bij de Good Food-community!

Bent u al ingeschreven op de Good Food-nieuwsbrief? Deze verschijnt om de twee maanden en staat vol concrete tips om te telen in de stad en de Good Food Attitude aan te nemen! www.goodfood.brussels/nl/newsletter

Alle opleidingen, inspirerende projecten, Good Food-adressen en evenementen vindt u terug op de portaalsite www.goodfood.brussels/nl.

Deel uw ervaringen met de zadenkit op de sociale netwerken via de hashtags **#zadenkit2021** en **#goodfoodbrussels** of bezorg ons uw realisaties, vragen of suggesties via contact@maitre-maraicher.be.



UW EIGEN MOESTUIN STARTEN OP UW BALKON OF TERRAS



Zaai in houten bakken, plastic of terracotta potten of kies voor zakken in geotextiel. U kunt ze ook zelf maken, hergebruiken of tweedehands kopen.



Zorg ervoor dat er ten minste één gat in de bodem is en dat de pot minstens 20 tot 30 cm diep is.

Vul de potten, bakken of zakken met:

- een mengsel van compost en aarde (50%-50%)
- of
- potgrond op basis van compost of biologische potgrond



Opgelet!

Koop geen potgrond die turf bevat, want bij de winning ervan worden natuurgebieden vernietigd.



- **Zijn uw potten al gevuld?** Voeg 5 cm compost toe, of gebruik plantaardige of biologische meststoffen om de grond te verbeteren.
- **Nog vragen over compost?** Neem contact op met een Compostmeester bij u in de buurt via www.wormsasbl.org.



Zaai in vochtige aarde en niet te diep.

Over het algemeen plant je een zaadje niet dieper dan 3 tot 5 keer zijn grootte.



Bekijk het filmpje over zaaien voor verdere toelichting: u ontvangt dit per mail of vindt het op www.leefmilieu.brussels/zadenkit.



Zaai in verschillende potten en/of op verschillende momenten. Zo verkleint u de risico's, zoals vergeten water geven, een koude dag op het slechte moment of een hongerige naaktslak.



Probeer de **grond vochtig**, maar niet te nat te houden.
De gouden regel: beter een beetje te weinig dan te veel water (want dat is vaak onomkeerbaar)!

Hiervoor:

- Zet u schoteltjes onder de potten;
- Houdt u de aarde bedekt om evaporatie te vermijden;
- Geeft u water wanneer de grond droog is in de diepte (op meerdere centimeters diep);
- Vangt u zo veel mogelijk regenwater op om uw planten water te geven.



Op de website van het KMI (www.meteo.be/nl) kunt u de weersvoorspellingen voor de komende twee weken volgen.



Gaat u op vakantie? Vergeet dan niet iemand te vragen om uw planten water te geven.

Vermijd chemische producten, die schadelijk zijn voor het milieu en uw gezondheid. Problemen met ongedierte of ziekten? Houd uw planten dan goed in de gaten zodat u dit snel met een natuurlijke remedie kan verhelpen. Bekijk zeker de infofiches 'Natuurlijk telen' op www.leefmilieu.brussels/telenindestad.



SNIJSLA, FRENCH MIX

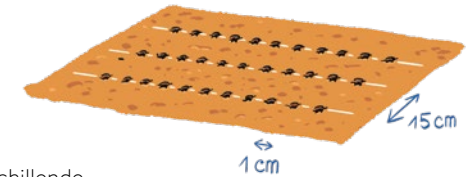


Zon en halfschaduw (minimaal 3 uur zon).



Zaai de zaadjes 0,5 cm diep.

Zaai rijtjes met 1 cm tussen de zaden en 15 cm tussen de rijtjes.



Zaait u in een ronde pot? Zaai de zaadjes dan ongeveer 5 cm van elkaar.

Zaai van maart tot begin september.

Spread uw zaaimomenten zodat u op verschillende tijdstippen kunt oogsten.

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Zaaien												
Oogsten												



Zodra de zaadjes kiemen, geeft u ze 1 tot 2 keer per week water zodat de grond goed vochtig blijft.



Om te **oogsten**, plukt u de buitenste bladeren. Laat ongeveer 4 bladeren in het midden, zodat de plant kan blijven groeien.



Snijsla is ideaal om tussen grotere teelten te zaaien, omdat deze snel groeit en halfschaduw kan verdragen.



KERSTOMATEN MIX



Volle zon (minimaal 6 uur zon).



STAP 1A: Voorzaaien kan van februari tot april.

Zaai om de 2 cm een zaadje op een halve centimeter diep.

Plaats ze binnen, in de zon, en geef ze zo weinig mogelijk water (om de 10 dagen).



Stap 1b (optioneel): Als u voorzaait in kleine potten of als uw plantjes lang en fragiel zijn, dan kunt u ze na 1 maand **uitplanten** in een grotere pot (met een diameter van 10 cm). Laat ze wel nog altijd binnen staan.

STAP 2: Plant vanaf half mei buiten. Plant 1 plant per pot, met minstens 30 cm diameter en diepte.

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Zaaien												
Oogsten												



Geef ze om de 10 dagen **water** of vul de onderschaaltjes met water. Geef extra water bij zeer warm weer zodat de grond in de diepte vochtig blijft.

Bind de tomaten op aan **een stok**: gebruik een bamboestok van ongeveer 1 meter hoog, zodat u de plant kunt vastmaken naarmate hij groeit.

De bloemen van tomaat kunnen zichzelf **bestuiven**. Hommels en andere bestuivende insecten kunnen wel helpen omdat ze de bloemen doen vibreren. Ziet u geen bestuivende insecten? U kan ook helpen bij de bestuiving door de bloemen lichtjes met de hand te schudden.



Oogst de tomaten wanneer ze een mooie kleur hebben of een beetje zacht zijn. Oogst eind september ook de groene tomaten en laat ze verder rijpen in een kast.



BASILICUM GENOVESE



Volle zon (minimaal 6 uur zon).



Zorg voor een pot met een diameter van minstens 15 centimeter.

Zaai van maart tot half mei binnen, op een halve centimeter diep.

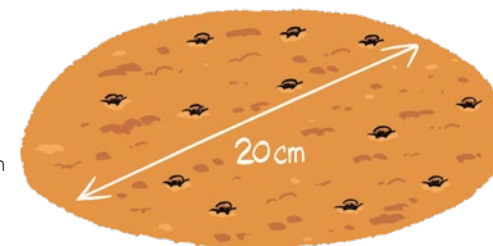


Geef maximaal 1 keer per week **water**.

Plant of zaai buiten vanaf half mei.

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Zaaien												
Oogsten												

Zaai een tiental zaadjes in een pot van 15-20 cm of rechtstreeks in de volle grond (laat 25 cm tussen de planten en de rijen).



Zodra de zaadjes ontkiemen, **geeft** u ze 1 tot 2 keer per week **water** zodat de grond goed vochtig blijft.



Zodra de basilicum minstens 15 cm hoog is, kunt u al enkele blaadjes **plukken**. Laat minstens 4 blaadjes hangen. Daarna oogst u de grote basilicumblaadjes naargelang u ze nodig heeft.



Zet de pot binnen voor het begint te vriezen. Zo kunt u nog tot in november blijven oogsten!

VRAAG ADVIES AAN DE MOESTUINMEESTERS

Op de website van de Moestuinmeesters vindt u nog wat extra tips voor elke groentesoort.

Lees de artikels op www.moestuinmeester.be



Nog vragen?

Jean-Marc, Jean et Magda en delen graag hun tips!

Jean-Marc is moestuinmeester sinds 2020 en weet de diversiteit van de verschillende slasoorten wel te smaken! Een vraag over uw slaplanten? Jean-Marc heeft ongetwijfeld het antwoord!

Voor Jean, moestuinmeester sinds 2016, heeft basilicum geen geheimen meer. Hij beantwoordt met plezier al uw vragen over deze plant!

Magda is moestuinmeester sinds 2013. Zij is dé referentie als het gaat om tomaten. Ze teelt en vermeerdert ze, samen met het Netwerk van de 'Jardins Semenciers'. Een vraag over uw tomatenplanten? Magda weet het antwoord!

Neem contact op met Jean-Marc, Jean en Magda via contact@maitre-maraicher.be.

Stel uw vragen via de **Facebookgroep** van de Moestuinmeesters: **'Moestuinhulp in Brussel'**.



Deel uw ervaringen met de zadenkit op de sociale netwerken via de hashtags **#zadenkit2021** en **#goodfoodbrussels** of bezorg ons uw realisaties, vragen of suggesties via contact@maitre-maraicher.be.

Deze brochure werd gerealiseerd in samenwerking met de vzw Tournesol-Zonnebloem, die het netwerk van de Moestuinmeesters coördineert.

Redactiecomité: Clara Moeremans, Joëlle Van Bambeke · Coordinatië: Delphine Biquet.

Foto's: Gettyimages p. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 · Tournesol/Zonnebloem: p. 8

Illustraties: Frédéric Thyry

Verantwoordelijke uitgevers: F. Fontaine en B. Dewulf - Havenlaan 86C/3000 - 1000 Brussel