

BRUSSELS MIJNSTAD



PB-PP B-10
BELGIE(N)-BELGIQUE

ONZE PLANEET

HET NATUUR- EN MILIEUMAGAZINE VAN DE BRUSSELAARS

#129
MAANBLAD
MEI
2019

04

BEZOEK:
PLEZIER- EN KENNISTUINEN

09

GOOD FOOD:
FLEXITARISME, DAT SMAAKT NAAR MEER!

10

VEERTIENDAAGSE VAN DE BESTUIVERS:
MEER DAN 160 SOORTEN WILDE BIJEN
IN BRUSSEL

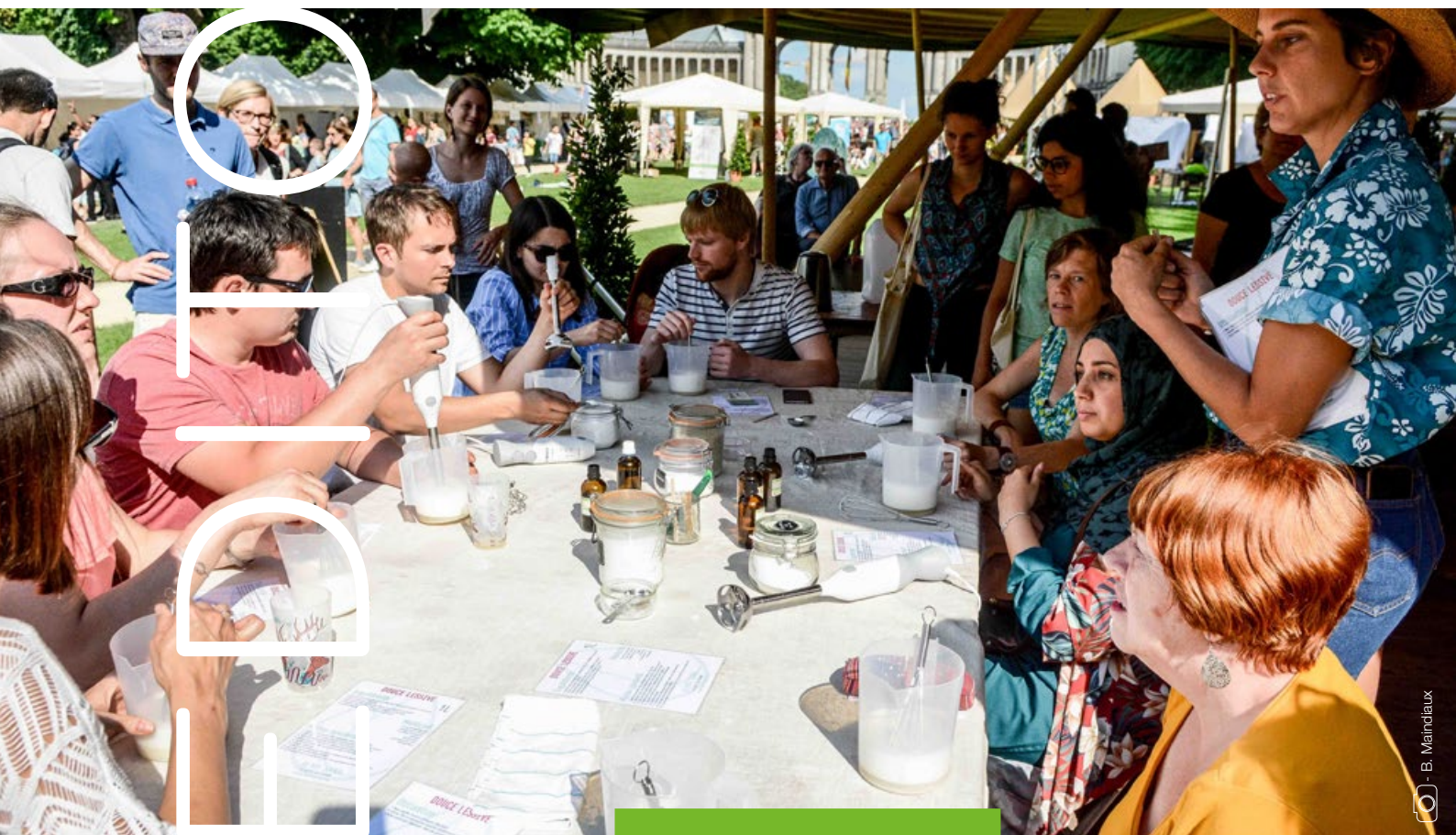
3 DAGEN FEEST VOOR

20 JAAR MILIEUFESTIVAL!



leefmilieu
brussel
.brussels

LEEFMILIEU.BRUSSELS



VIER FEEST VOOR HET MILIEU!

Digitale versie *Mijn stad onze planeet*:
een handleiding!

U kunt dit magazine voortaan ook op uw smartphone of tablet lezen. Via de app krijgt u zelfs een unieke en rijkere leeservaring dan wanneer u de papieren versie zou lezen. Wat moet u doen? Simpel:

1. Download de app **BXLNaturMag** op het platform van uw keuze (App Store, Google Play).
2. Installeer de app (de taal wordt automatisch ingesteld).
3. Selecteer het magazine dat u wilt lezen.
4. Lees het magazine als pdf, of kies 'begeleide lezing' voor een aangename leeservaring. Voor de begeleide lezing tikt u twee keer op uw scherm.

Mijn stad onze planeet, u leest het waar en wanneer u wilt!



Noteer deze drie data in uw agenda! Op 31 mei en 1 en 2 juni vindt het Milieufestival plaats. En het belooft een speciale editie te worden. Het belangrijkste evenement van de Duurzame Generaties in de hoofdstad is immers aan zijn 20^{ste} jaargang toe. En dat wordt extra gevierd. Op het programma: drie dagen feest, optredens, activiteiten, sensibilisering en plezier rond de thema's Klimaat, Good Food, Natuur in de Stad en Zero Afval. Van 0 tot 99 jaar oud, iedereen is welkom!

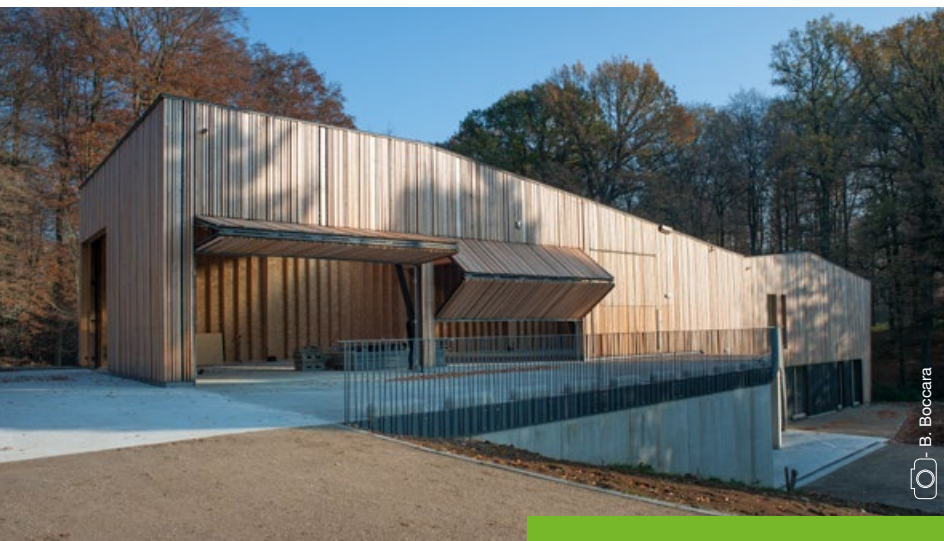
Draagt u de bescherming van de fauna en flora een warm hart toe? Dan is deze actie zeker iets voor u: Brussel schenkt twee weken lang aandacht aan de wilde bestuivers. Deze naaste neven en nichten van de honingbij zijn even belangrijk voor het behoud van de biodiversiteit en zijn in verschillende soorten te vinden op ons grondgebied. Ontdek het vooral zelf tijdens de vele activiteiten voor kinderen en volwassenen: wandelingen in de natuur, conferenties, workshops tuinieren en groenten telen om bijen aan te trekken, nestkasten en hotels voor wilde insecten maken... Meer info vindt u in ons dossier.

Wilt u nog meer natuur? En wilt u het groene erfgoed van het Brussels Hoofdstedelijk Gewest al wandelend ontdekken? Bezoek dan de Brusselse plantentuinen, hun collecties verbazingwekkende planten en bloemen, en hun percelen met geneeskrachtige, aromatische en kruidige gewassen. Ga op avontuur in het hart van de wonderbaarlijke plantenwereld: alleen, met z'n tweetjes of met het hele gezin.

Veel leesplezier.

MIJN STAD ONZE PLANEET

Verschijnt maandelijks, behalve in januari, juli en augustus. - Leefmilieu Brussel - Havenlaan 86 C / 3000, 1000 Brussel - Tel. 02 775 75 75 - info@leefmilieu.brussels - leefmilieu.brussels **V.U.:** F. Fontaine & B. Dewulf. **HOOFDREDACTEUR:** Mathieu Molitor. **HERLEZINGCOMITÉ:** Isabelle Degraeve, Tom Penxten. **REDACTIE:** Didier Dillen **VERTALING:** Maarten Geerts. **PRODUCTIE:** www.4sales.be. De foto's tonen niet noodzakelijk de geciteerde personen. © **LEEFMILIEU BRUSSEL** - Gedrukt op FSC-papier. De teksten in deze publicatie hebben tot doel de wettelijke bepalingen toe te lichten. Om de ware juridische toedracht van deze teksten te kennen, verwijzen we u naar de teksten van het Belgisch Staatsblad.



EEN GEBOUW GEÏNSPIREERD DOOR DE NATUUR

Voor de bouw van het nieuwe boswachtershuis heeft Leefmilieu Brussel zich laten inspireren door de natuur.

Het nieuwe gebouw is gelegen aan de rand van het Zoniënwood, in de Sint-Hubertusdreef, en biedt de leden van Brigade 1 betere werkomstandigheden. Het pand past perfect in de bosrijke omgeving en stimuleert de interactie met de plaatselijke fauna. Zo werd er speciaal voor vleermuizen een houten gevellijst

geïnstalleerd en werden er kruisbessen geplant om vogels aan te trekken. Het gebouw heeft ook een extensief groendak en een uitstekende isolatie. Dit alles met respect voor het beschermde karakter van het Natura 2000-gebied waar het is gebouwd.

DE BRUSSELSE DAKEN ZIJN GOUD WAARD

1.000, 2.000, 3.000 euro ... Hoeveel levert uw dak op? Ontdek het in twee klikken op de Zonnekaart!



Voer uw adres in op zonnekaart.brussels en krijg gratis de fotovoltaïsche en thermische mogelijkheden van uw dak. Via de website komt u te weten welke zones op uw dak zonnepotentieel hebben, hoeveel fotovoltaïsche panelen u nodig hebt om de energieproductie te maximaliseren en wat de installatie zou kosten. U vindt er ook een schatting van de winst die u zou boeken door enerzijds gedurende tien jaar groenestroomcertificaten te verkopen en anderzijds door energie te besparen. Om nog maar te zwijgen van de milieuwinst!

www.zonnekaart.brussels



IK WIL EEN DUURZAME KANTINE

Bent u alle voedselverspilling in uw kantine beu? Wilt u graag vegetarische maaltijden op de kaart? Leefmilieu Brussel biedt twee gratis begeleidingsmomenten om uw kantine te helpen meer vegetarische gerechten op het menu te zetten of voedselverspilling te beperken. Deze begeleidingsmomenten kunnen over een jaar of over een kortere periode worden gespreid en zijn volledig op maat. 02 775 76 22

helpdeskkantine@leefmilieu.brussels

GOOD FOOD: PROJECTOPROEP 2019

Werkt u in een vereniging, bent u actief in het Brussels Gewest en wilt u een actie rond duurzame voeding opzetten? Dan is de nieuwe Good Food-projectoproep iets voor u! De financiële steun varieert van 15.000 tot 50.000 euro. Dien uw project uiterlijk op 21 juni 2019 vóór 17.00 uur in via info-goodfood@leefmilieu.brussels



ONTDEK HET JAARVERSLAG 2018

Al 30 jaar werkt Leefmilieu Brussel het hele jaar door dag in dag uit aan de bescherming van het leefmilieu en de verbetering van de levenskwaliteit in Brussel. Ontdek in ons online jaarverslag de strategische acties die in 2018 werden uitgevoerd.

bit.ly/LB_Verslag



BEZOEK DE BRUSSELSE PLANTENTUINEN

De hoofdstad omvat meer groen dan enkel de majestueuze parken. Ze herbergt ook een aantal opmerkelijke botanische tuinen. Genoeg om de wonderbaarlijke wereld van (vooral geneeskrachtige) planten te ontdekken: alleen, met z'n tweeën of met het hele gezin.



'SCHATTEN VAN DE STRAAT' IS TERUG

Van mei tot september 2019 kunt u opnieuw op stadssafari om wilde planten te ontdekken. In totaal zijn er voor 'Schatten van de straat' negentien stedelijke botanische wandelingen in de straten van Brussel uitgestippeld. Eén voor elke gemeente. Schrijf u alvast in!

bit.ly/SchattenVanDeStraat

De geschiedenis van planten

De plantentuin Jean Massart werd in 1922 aangelegd en herbergt een collectie van bijna tweeduizend plantensoorten, verspreid over 5 ha! Ze zijn opgedeeld in verschillende zones zodat het publiek ze beter kan observeren en ontdekken. De gewestelijke tuin beschikt over een rijke verzameling geneeskrachtige en aromatische planten, een boomgaard, een arboretum, proefvelden en een evolutieve tuin. Die laatste tuin telt meer dan zeshonderd soorten bloeiende planten. U kunt er hun evolutie volgen sinds ze voor het eerst op aarde te zien waren, zo'n 120 miljoen jaar geleden! De plantentuin Jean Massart, de plaats met de grootste biodiversiteit in Brussel, wordt momenteel gerenoveerd, maar is wel nog toegankelijk voor rondleidingen en schoolactiviteiten. Waverssesteenweg 1850, 1160 Brussel. jardinmassart@ulb.ac.be

Geneeskrachtig, kruidig of giftig

De natuur heeft het goed met ons voor! Dat kunt u zelf ontdekken tijdens een bezoek aan de Tuin van Geneeskrachtige Planten Paul Moens van de UCL. Deze didactische ruimte, in eerste instantie bedoeld voor de studenten van de universiteit, is ook toegankelijk voor het publiek. Ze omvat een omheinde zone van 20 are, omgeven door een park van 2,5 ha. In de tuin zelf vindt u

maar liefst vierhonderd percelen met geneeskrachtige, kruidige, eetbare maar ook giftige planten. Het is de grootste collectie in zijn soort in België. U kunt er ook een honderdtal soorten bomen en struiken voor medicinale doeleinden bewonderen. Tussen de Emmanuel Mounierlaan en de Ideaallaan, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe. Gratis toegang, ook in het weekend, van 31 april tot 1 oktober van 9.00 tot 18.00 uur. bit.ly/PlantentuinWoluwe

Een plezier- en kennistuin

Het Erasmushuis is niet alleen een museum ter nagedachtenis van een van de grootste humanisten van de Renaissance. U vindt er ook een zeer mooie tuin met geneeskrachtige kruiden, ontworpen door de Belgische landschapsarchitect René Pechère. Het bijzondere aan deze plek is dat ze gebaseerd is op de remedies die Erasmus zelf gebruikte om zijn fragiele gezondheid te behandelen! U ontdekt er een honderdtal geneeskrachtige planten die in de 16^{de} eeuw in gebruik waren, waaronder nieskruid, bijvoet, mansoor, gewone huislook, gewoon varkensgras, gewoon speenkruid, stinkende gouwe, madeliefje en koningskaars. Een echte reis door tijd en ruimte! Formanoirstraat 31, 1070 Anderlecht. Elke dag, behalve op maandag, van 10.00 tot 18.00 uur, gratis toegang.

www.erasmushouse.museum

VERS VAN DE PERS

NIEUWS OVER DE NATUUR EN HET MILIEU IN HET BRUSSELS HOOFDSTEDELIJK GEWEST

MEI '19



HET MILIEUFESTIVAL VIERT ZIJN 20-JARIG BESTAAN!

Op 31 mei en 1 en 2 juni vieren alle Duurzame Generaties van Brussel de 20^{ste} verjaardag van het Milieufestival! Het feest begint op vrijdagavond met de 'Happy Ears Party', een megadansavond. Op zaterdag gaat het feest gewoon verder met een hackathon in het BEL op de Thurn & Taxis-site, en op zondag is er dan in het Jubelpark het traditionele Milieufeest, met tal van muzikale en ludieke activiteiten voor het hele gezin. U vindt er ook het dorp van Leefmilieu Brussel, verenigingen die zich inzetten voor de bescherming van het milieu in Brussel, Good Food-stands, sensibiliseringsactiviteiten rond de thema's klimaat, zero afval, natuur in de stad en duurzame voeding, en een hele ruimte gewijd aan de Duurzame Generaties!

festival.leefmilieu.brussels



FESTIVAL.LEEFMILIEU.BRUSSELS

DOE MEE!

Het Milieufestival wordt een plezier voor ogen en oren. Oordeel vooral zelf! U kunt bijvoorbeeld leren kleding transformeren, mediteren, lacto-gefermenteerde groenten maken of herbruikbare luiers gebruiken. Ook wie graag beweegt komt aan zijn trekken tijdens de vele activiteiten op wielotjes (rollerblades, steps, skateboards), hindernissenparcoursen, wandelballen en schminksters. Ook fans van muziek en de dansvloer kunnen hun hart ophalen: op vrijdagavond starten we met een participatief concert van Sysmo om daarna uit de bol te gaan tijdens de 'Happy Ears Party' (een *silent party* met hoofdtelefoons). Miss Luna en DJ Maestro geven dan het beste van zichzelf aan de draaitafels: aan u om te kiezen welk kanaal op uw hoofdtelefoon u het best laat grooven. En dan moet het optreden van Pang en hun 100% organische rap nog komen: afspraak zondag om 15.30 uur!



VELLOW ENERGY

De energie in uw kuit is ook energie! Op vrijdag kunt u het Milieufestival op gang trappen met Vellow Energy. Door te trappen verandert u de fietsen in een door spierkracht aangedreven elektriciteitsgenerator. Dankzij de elektriciteit

die u hierdoor opwekt, kan het publiek genieten van geweldige achtergrondmuziek. Tijdens het fietsen ziet u op een lichtmeter hoeveel energie u produceert. We kijken alvast uit naar de dappere fietsters die avond.



DE BEWAKERS VAN DE PLANEET

Houdt u van fantasy en de schoonheid van de natuur? Laat u dan tijdens het Milieufeest leiden door de **Bewakers van de Planeet**, vijf fabelachtige figuren die de Duurzame Generaties, het Klimaat, Zero Afval, de Natuur in de Stad, en Good Food voorstellen. "Met mijn mantel van onzichtbaarheid, zal ik u laten zien dat het beste afval

het afval is dat u niet produceert!", liet de Zero Afval-goochelaar alvast weten. "Ik laat u kennismaken met de planten en dieren die in de stad te vinden zijn", zegt de vlinderfee, die de natuur in de stad beschermt. "En ik laat u genieten van lokale, duurzame seizoensproducten", voegt de sappige Good Food-wortel eraan toe! Maar wie

is deze figuur, die zowel een oud als een jong gezicht heeft? Het is de grote tovenaer van de Duurzame Generaties! "Mijn missie? Magische foto's van de deelnemers verzamelen en ze naast hun klimaatwensen plakken in het grote manifest van de Duurzame Generaties!" Het wordt een fantastisch feest! festival.leefmilieu.brussels



FAUNA & FLORA



CHARMANTE SNUFFEL

De steenmarter (*Martes foina*) is een klein zoogdier van de familie van de marterachtigen. Het dier is ongeveer veertig centimeter lang, heeft korte poten, een grijsbruine vacht met een witte vlek op de borst en een lange staart. Het is een vleeseter, die vooral 's nachts actief is, maar hij is niet al te veeleisend als het op eten aankomt. Vroeger kwam de steenmarter enkel in dorpen voor, maar vandaag deinst hij er niet voor terug om zich ook in de stad te vertonen. Vooral daken en zolders vormen zijn favoriete habitat. Ondanks de schade die de soort soms veroorzaakt, is ze toch zeer nuttig en verdient ze haar plaats in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest. De steenmarter is een beschermde soort: het is dus verboden om op het dier te jagen, het te vangen of zijn schuilplaats te vernietigen.

OP ONTDEKKING

— YOUTUBERS — PRATEN OVER ECOLOGIE



YouTube kan een belangrijk wapen zijn in het creëren van een ecologisch be-

wustzijn! Dat kunt u zelf zien tijdens het Milieufeest op zondag. In de Tipi van de Duurzame Generaties kunt u kijken naar de videoclips van de knotsgekke professor Feuillage (120.000 abonnees) en 'Rien ne se perd', de Zero Afval-reeks van Belgisch acteur David Samin. Het doel: jongeren op een andere manier bewustmaken van de milieu-uitdagingen. De twee YouTubers zullen ook aanwezig zijn en met het publiek van gedachten wisselen. Vet!

IDEATE4CLIMATE DE EERSTE ECOHACKATHON

De grootste nieuwigheid van het Milieufestival is de burgerhackathon op 1 juni (de hele dag). Iedereen is welkom om in team allerlei soorten projecten op te zetten. Tijdens deze hackathon willen we het collectieve brein laten werken om toepassingen te ontwikkelen die de Brusselaars in hun dagelijkse leven kunnen helpen. Het beste project wordt beloond en ondersteund. Verschillende specialisten, waaronder ook experts



van Leefmilieu Brussel, zullen helpen bij de uitwerking van de ingediende ideeën. De uitdagingen richten zich op thema's zoals de luchtkwaliteit, hernieuwbare energie, zero afval, biodiversiteit, klimaat...

ideate4climate.leefmilieu.brussels

TRENDY

FEEST VAN DE FIETS



Om de Grand Départ van de Ronde van Frankrijk in Brussel te vieren, is er in het Jubelpark ook een Fietsfeest. En dat op zondag 2 juni, de dag vóór Wereldfietsdag!

In het bijzijn van onze nationale trots Eddy Merckx kunnen jong en oud onder de bogen van het Jubelpark onder meer genieten van een heleboel ludieke en informatieve activiteiten, aangeboden door verenigingen die op een of andere manier met fietsen bezig zijn: interactieve workshops, opleidingen, ongewone fietsen, wandelingen, muziek, conferenties... Voor de lekkerbekken zijn er ook foodbikes om de kleine honger te stillen. Afspraak op 2 juni in het Jubelpark voor het Fietsfeest en het Milieufeest!

www.brusselsgranddepart.com/letour/nl/event/het-feest-van-de-fiets/



TRENDY

TE VEEL SPULLEN IN HUIS? TIJD OM EENS OP TE RUIMEN!



Te veel kleren? Te veel gereedschap? Te veel van alles? Wilt u leren hoe u zich kunt verlossen van al die spullen die u toch niet meer gebruikt? Hoe u het pad van Zero Afval kunt bewandelen? Neem dan op zondag, tijdens het Milieufestival in het Jubelpark, deel aan de workshop 'opruimen'. Tijdens deze workshop krijgt u tips en tricks om eenvoudiger en met minder afval te leven, in een opgeruimd huis!

ZERO AFVAL: WORKSHOP KNUFFELS MAKEN

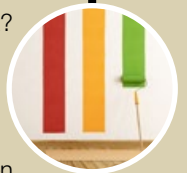
ACTUA

Tijdens deze activiteit op zondag 2 juni in het Jubelpark, steekt u zelf de handen uit de mouwen en maakt u van iets ouds iets nieuws. Zoals verweerde sokken omtoveren tot een knuffel: het wordt een zachte workshop!



PLANTAARDIGE SCHILDERIJEN

Schilderen met groenten? Fruit? Azijn? Het kan! Maak zelf 100% natuurlijke en milieuvriendelijke verf. Tijdens deze creatieve workshop kunnen zowel kinderen als ouders hun schilderkunsten bovenhalen en nieuwe natuurlijke technieken aanleren. Ook op 2 juni in het Jubelpark.



LE FOUR À BOIS, LA CARAVANE PASSE!

Kom tijdens het Milieufeest leren hoe u zuurdesembrood maakt met een mobiele houtoven die enerzijds als bakinstrument dient en anderzijds als decorstuk. Rond een grote tafel kunt u vervolgens het resultaat van uw net opgedane kennis delen.



GEEN TUIN?

Kweek groenten en kruiden op uw balkon. Tijdens het Milieufeest ontdekt u tijdens de workshop 'Mijn moestuin op het balkon' de teelttechnieken waarmee u op kleine ruimtes aan de slag kunt.

MILJESTADONZEPLANEET #129

HET KINDER- HOEKJE

DE QUIZ

Leve het milieu!

Alle Duurzame Generaties van Brussel vieren de twintigste verjaardag van het Milieufestival! Weet jij wat dit evenement voor ons in petto heeft?

BEANTWOORD DEZE MINQUIZ EN KOM HET TE WETEN.

A. Een hackathon is:

1. Een fondsenwervingscampagne voor bedreigde diersoorten.
2. Een evenement waar teams samen projecten ontwikkelen.
3. Een hiphop dance battle.

B. Een 'silent party' is:

1. Een feest waarop iedereen een hoofdtelefoon draagt.
2. Een meditatie sessie.
3. Een zone van stilte rond een ziekenhuis.

C. Vellow Energy zijn:

1. Elektrische fietsen die je in Brussel kunt huren.
2. Tandems met slechts één pedaal achteraan.
3. Fietsen waarmee je elektriciteit kunt produceren.

D. De steenmarter is:



















1. Een klein zoogdier uit de familie van de marterachtigen.
2. Een nachtelijk knaagdier dat op zolder leeft.
3. Een soort bever zonder platte staart.

D. De Brusselse 'Bewakers van de Planeet' zijn:

1. De stewards die waken over de Brusselse parken.
2. Vijf figuren die tijdens het Milieufestival de Duurzame Generaties, het Klimaat, Zero Afval, de Natuur in de Stad en Good Food belichamen.
3. Een collectief van Brusselse klimaatwetenschappers.

SPEL: Bij de bloemist

Stel je voorjaarsboeket samen en kies vier kolommen zodat je van elke kleur twee bloemen hebt.

A	B	C	D	E	F
					
					
					

AGENDA

ELKE MAAND SELECTEERT MIJN STAD ONZE PLANEET VOOR U EEN AANTAL NATUUR- EN MILIEU-EVENEMENTEN (EN NUTTIGE LINKS) IN BRUSSEL.

APERO: UPCYCLING

Tijdens deze apero krijgt u tips om oude en 'onbruikbare' materialen om te toveren tot iets wat weer waardevol is en vaak zelfs mooier dan voorheen. Het 'afval' zou normaal gesproken bij het grof vuil worden gezet, maar krijgt nu een nieuwe functie met een hogere duurzaamheid. Het is niet alleen heel erg trendy en goed voor de portemonnee, maar ook nog eens milieubewust want u verkleint de afvalberg. Upcycling stimuleert ook de creativiteit, de originaliteit en de inspiratie.

📍 Op 17/5 van 18.30 tot 20.30 uur.
GC Het Huys, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel. www.n22.brussels/cursus/apero-upcycling

MYSTERY TOUR: KUNST EN MILIEU

Pro Velo organiseert een ontdekkingstocht per fiets, op zoek naar onbekende parken en waterlopen in het Brussels Gewest.

📍 Op 1/6 van 14.00 tot 17.00 uur.
Pro Velo, Londenstraat 15, 1050 Elsene. www.provelo.org

BIJ DE STEENUIL THUIS

Het Vogelzangreservaat is een van de laatste plaatsen in Brussel waar de steenuil zich nog thuis voelt. U krijgt hem niet zo makkelijk te zien, maar door deel te nemen aan deze wandeling vergroot u wel de kans hierop.

📍 Op 8/6 van 19.30 tot 21.00 uur. Vogelzangbeekvallei, Sint-Janskruidlaan, 1070 Anderlecht. <http://natuurpuntbrussel.be>
ccnvogelzangcbn@gmail.com



BENT U EEN HOMO FLEXITARIENS?

Flexitarisme, wadista? Dit voedingspatroon laat u minder vlees en vis eten, zonder ze volledig van het menu te schrappen.

Flexitarisme is minder restrictief dan vegetarisme of veganisme. Het is daarom een goede manier om de overstap te maken van een zeer carnivoor dieet naar een meer vegetarische keuken. Het is bovendien goed voor onze gezondheid en die van de planeet, én het opent de deur naar beter eten door groenten een belangrijke plaats te geven. Het is vergelijkbaar met het 'mediterrane dieet' waarin granen en groenten centraal staan en rood vlees maar een bijrol vervult.



MINDER VLEES ETEN IS NIET MOEILIK

De vzw Eva heeft tal van originele recepten gebundeld ter vervanging van onze klassieke vleeschotels: chili sin carne, groentelasagne, seitanstoverij, vegetarische hamburgers... Inspiratie genoeg om af en toe eens een gerecht zonder vlees te bereiden.
www.evavzw.be/recepten

De 5 basisprincipes van Good Food-flexitarisme

/// Geef verse, lokale seizoensgroenten en -fruit een centrale plaats. Ze bevatten vezels, vitamines, mineralen en antioxidanten die essentieel zijn voor de goede werking van ons lichaam.

/// Haal de nodige eiwitten uit granen (volkoren, rijst, boekweit, quinoa...) en peulvruchten (kikkererwten, gedroogde bonen, linzen...).

/// Vul aan met eieren (2 tot 3 keer per week) en zuivelproducten (kazen): ze zijn rijk aan eiwitten met een hoge biologische waarde.

/// Kies plantaardige vetten zoals olijfolie (1 eetlepel per dag) om te koken en koolzaad- of notenolie om te kruiden. U kunt de olie ook vervangen door 20 g amandelen, walnoten, hazelnoten...

/// Eet vlees en vis met mate: naargelang de omstandigheden eten flexitariërs thuis vegetarisch (of veganistisch), maar eten ze bij speciale gelegenheden wel vlees: op restaurant, bij familie of vrienden ...

Een concept 'made in the USA'

De term flexitarisme vloeide in de jaren negentig uit de pen van Mark Bittman,

een journalist van de New York Times, als reactie op de overmatige vleesconsumptie van de Amerikanen. Hij verwees in het bijzonder naar de broeikasgassen die herkauwers uitstoten en de impact daarvan op de planeet.

WIST U DIT?

Veerle De Vos: minder vlees, meer smaak!

Good Food-ambassadrice en flexitariër Veerle De Vos, een inwonster van Sint-Jans-Molenbeek, laat haar kleine gezin genieten van exotische gerechten. Chinese, Indische en Mexicaanse bereidingen leveren immers evenwichtige en lekkere vegetarische schotels op die perfect aangepast kunnen worden met lokale producten. Met deze kookstijl tovert u ook kleine gerechten op tafel waarvan iedereen wel iets lust: slaatjes, combinaties van granen en peulvruchten, groenten, tofu, eieren en minimale hoeveelheden vlees, die meer als smaakmaker dan als hoofdingrediënt dienen.
<http://bit.ly/FamilieDeVos>



TWEE WEKEN IN HET TEKEN
VAN DE WILDE BESTUIVERS:

(NIET ALLEEN) HONING EN (VOORAL) BIJEN!

Bent u gefascineerd door de wereld van de wilde bestuivers? Van 18 mei tot 2 juni wordt u twee weken lang ondergedompeld in hun betoverende universum en organiseert het Gewest tal van activiteiten voor jong en oud: natuurwandelingen, conferenties, workshops tuinieren en groenten telen om bijen aan te trekken, nestkasten en bijenhotels maken... Het gaat stuiven in de hoofdstad!

Meer dan 160 bijensoorten in Brussel

Velen hebben al gehoord van de honingbij (*Apis mellifera*), de enige soort die onze bijenkasten bevolkt en honing produceert, maar weinigen weten dat de term 'bij' heel wat insecten dekt: metselbijen, zandbijen, behangersbijen, hommels ... Over de hele wereld zijn er bijna 20.000 soorten bijen geïnventariseerd, waarvan meer dan 2.000 in Europa en 380 in België. Alleen al in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest leven meer dan 160 soorten wilde bijen, of meer dan een derde van de in ons land bekende soorten! De overgrote meerderheid van de bestuivers zijn bijen. Maar er is ook een minderheid van andere insecten die voor de bestuiving zorgen: vlinders, vliegen, wespen, muggen, kevers, ...

Uitstekende bestuivers

Waarom zijn bijen zo belangrijk voor onze biodiversiteit? Omdat ze een essentiële taak vervullen: ze bestuiven onze planten, zodat die planten zich kunnen voortplanten. Kort samengevat: geen bijen, geen

zaden, geen vruchten! Wilt u de populatie mee helpen uitbreiden? Zet dan geen bijenkorf in uw tuin: er zijn er al genoeg in Brussel. Versterk liever hun natuurlijke omgeving en help hen gemakkelijker voedsel (stuifmeel en nectar) te vinden. Hoe doet u dat? Eenvoudig: maai sommige delen van uw tuin niet, zodat er wilde bloemen kunnen groeien, laat in een hoekje wat ruige struiken groeien, plant hagen, inheemse honingdragende struiken of bomen, en smuk uw terrassen en balkons op met bloeiende planten.

Bloemen en bijen: een lange geschiedenis ...

Bijen en hun bloemen hebben een speciale relatie. Sommige soorten zijn uitsluitend verbonden met één of meer plantensoorten. Als u ze leert herkennen (via observatie of gespecialiseerde boeken), kunt u ze ook helpen. En als u een wildebijensoort ziet, weet dan dat hun favoriete voedselbronnen waarschijnlijk vlakbij (100 tot 300 meter) te vinden zijn.



INSECTEN- HOTELS: NIET TE GROOT!

Insectenhotels zijn in, en zijn uitermate geschikt voor bepaalde soorten wilde bijen die zich in holtes of holle stengels nestelen.

Grote insectenhotels lenen zich vooral voor educatieve doeleinden en sensibiliseringsprojecten, maar ze hebben als nadeel dat ze grote concentraties aan insectenpopulaties aantrekken, wat het risico op ziektes vergroot, en dat ze roofdieren (meeses, spechten...) lokken. Voor kleine ruimtes of privétuinen is het beter om kleine hotels te voorzien, op plekken waar er voldoende zon is. U kunt ze ook eenvoudig zelf maken. Boor bijvoorbeeld wat gaten met verschillende diameters in een blok hout, plaats een paar stenen op elkaar, of stapel wat dode bladeren, takken of zand.

Voorbeeld: de paardenbloem

Het loont vaker de moeite om bestaande plantenpopulaties te laten staan, dan om een bloemenweide aan te leggen waarvan de diversiteit aan planten in de loop der tijd kan veranderen en niet meer aan de behoeften van de aanwezige bijensoorten voldoet. Vanuit die optiek vormen paardenbloemen een buitengewone voedselbron voor voorjaarsbijen. Laat de bijen van de bloemen genieten en wacht dus met het maaien van uw gazon tot na de bloei (doorgaans in april en mei).



Wilde bijen observeren

Wilt u weten of er bij u een grote populatie wilde bijen leeft? Hou dan (van het voorjaar tot de herfst) de bloemen in uw tuin in de gaten, en ook de bijen die uit kleine hoopjes aarde tussen de stenen van de trottoirs, uit uw gazon of uit een zonnige helling komen. Sommige soorten verkiezen dan weer de gaten en spleten in muren, deuren, ramen... Geen paniek, deze bijen steken niet!

Laat de natuurverslaggever in u los en neem foto's van de bijen en plaats ze op www.bru.waarnemingen.be. Deze waarnemingen dragen bij tot de Brusselse Atlas van wilde bijen, die momenteel in de maak is. Vergeet niet dat wilde bijen onschadelijk zijn. Kom dus gerust wat dichterbij om enkele foto's te nemen. Let wel op dat u ze niet verwart met wespen!

WIST U DIT?

- /// Het programma van de Veertiendaagse van de wilde bestuivers vindt u op neemdeel.leefmilieu.brussels
- /// Dankzij deze folder kunt u de wildebijensoorten in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest herkennen: bit.ly/WildeBijen
- /// De affiche 'Wilde bijen van de lente': bit.ly/BijenLente
- /// De affiche 'Wilde bijen van de zomer': bit.ly/BijenZomer
- /// In deze brochure leest u hoe u uw tuin aantrekkelijk maakt voor wilde bijen: bit.ly/BruBees

Advies nodig om meer biodiversiteit en bijen in uw tuin te krijgen? Bezoek de websites van Natuurpunt en Apis Bruoc Sella.



HET PROJECT-HOEKJE

Hier vindt u een project van burgers, verenigingen of groeperingen rond het thema milieu, duurzame voeding, consumptie, energie, natuur, intergenerationele uitwisseling...



Close the Gap

Vier Brusselse projecten zijn geselecteerd voor de Europese Prijzen die de meest opmerkelijke acties belonen die tijdens de Europese Week van de Afvalvermindering werden voorgesteld. Zo heeft Close The Gap een proefproject opgezet om mobiele telefoons in te zamelen die niet langer in gebruik zijn. Ongeveer acht miljoen gsm's en smartphones liggen te verkommen in de lades van Belgische en Nederlandse huishoudens. Terwijl er bijna twee kilo aan grondstoffen zoals aluminium, goud en kobalt nodig is om één nieuwe telefoon te produceren. Via recycling wil Close the Gap deze metalen op een duurzame manier recyclen. Dit proefproject werd opgestart in samenwerking met drie bedrijven (Accenture, Ordina en Engie). De eerste resultaten zijn intussen bekend: in totaal werden 700 oude mobiele telefoons ingezameld, wat neerkomt op meer dan 1.300 kg bespaarde grondstoffen. De inkomsten gaan naar een start-up die actief is in de circulaire economie.
www.close-the-gap.org



Recept

ZELFGEMAAKTE MAYONAISE, ZONDER AFVAL

Het barbecuseizoen komt eraan. En wie aan grillen denkt, denkt ook aan sauzen! In plaats van drieëndertig potjes te kopen die wekenlang in de koelkast blijven kamperen om uiteindelijk in de vuilnisbak te belanden, maakt u beter zelf uw eigen mayonaise. Het is beter, goedkoper en milieuvriendelijker.

Ingrediënten

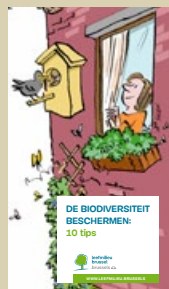
- /// 1 eidooier (of het hele ei)
- /// 1 soeplepel mosterd
- /// 150 ml plantaardige olie naar keuze
- /// 1 soeplepel citroensap of azijn
- /// Zout, peper
- /// Alle ingrediënten moeten op dezelfde temperatuur zijn

Bereiding

Breek het ei in een kom/bokaal, voeg de mosterd en een beetje olie, zout en peper toe. Meng krachtig of mix het geheel. Voeg een beetje olie toe, en vervolgens ook wat azijn of citroensap, tot de mayonaise de gewenste vastheid heeft. Als u de mayonaise afdekt, kunt u ze minstens een week in de koelkast bewaren. U kunt kruiden en andere specerijen toevoegen om verschillende varianten te creëren: cocktail, knoflook, curry, ...



IK BESCHERM DE BIODIVERSITEIT



De biodiversiteit bevorderen is belangrijk om de natuur in de stad te beschermen. Maar het is ook elke dag een plezier. Dankzij de brochure 'De biodiversiteit beschermen: 10 tips' van Leefmilieu Brussel leert u op een

eenvoudige manier de fauna en flora in de buurt van uw huis te verwennen. Kies bijvoorbeeld voor inheemse planten, verander een deel van uw gazon in een bloemenweide, laat een stapel dood hout of een boomstam in uw tuin achter, creëer een natuurlijke vijver of een haag die bestaat uit lokale plantensoorten. Meer info in de folder:
bit.ly/BiodiversiteitBeschermen