



MIJN BALKON MOESTUIN

Tuinieren, zelfs op kleine oppervlaktes, zoals een balkon of een terras, biedt vele voordelen voor stedelingen die eraan beginnen: fysieke activiteit in de buitenlucht, geestelijk welzijn, verbinding met de natuur en het ritme van de seizoenen, maar vooral aanbod van verse, gezonde, seizoensgebonden groenten met onverwachte smaken... Ook voor de natuur in de stad zijn de vele tuininitiatieven een goede zaak: meer plaats voor biodiversiteit, betere regulering van het water, strijd tegen het hitte-eilandeffect, uitnodiging om organisch afval te recyclen...

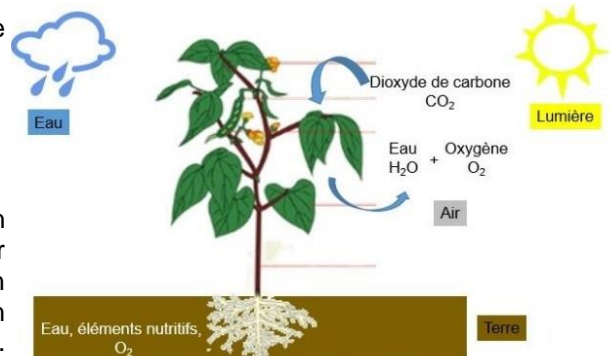
1. EETBARE PLANTEN

1.1. DE BEHOEFTE VAN EEN PLANT

Om goed te groeien heeft een plant volgende elementen nodig:

- Licht
- Water
- Lucht
- Aarde en voedingsstoffen

Deze elementen maken de fotosynthese mogelijk, en daardoor kunnen koolstofdioxide uit de lucht en water dat via de wortels binnenkomt omgezet worden in suikers. Hiervoor heeft de plant de energie van de zon nodig, maar ook de mineralen die ze in de grond vindt.



1.2. DE CYCLUS VAN DE PLANT

Tijdens zijn ontwikkeling gaat de plant door verschillende stadia:

- Zaad
- Ontkieming
- Bloei
- Vruchtvorming

Afhankelijk van het stadium / het deel dat je eet, zullen we het hebben over een:

- Wortelgroente (vb.: wortel)
- Bladgroente (vb.: sla)
- Bloemgroente (vb.: bloemkool)
- Graan- of fruitgroente (vb.: aubergine)



2. WAAR MOET JE DE BALKONMOESTUIN INSTALLEREN?

Voordat u uw moestuin opzet, moet u goed nadenken over de locatie die deze zal innemen: zal er voldoende zon zijn, is water direct beschikbaar, is er niet te veel wind, is de toegang gemakkelijk, ...? Vaak is de ruimte klein en heeft de stedelijke tuinier weinig ruimte om zijn tuin te installeren. Terras, balkon of dak, hoe maak je de juiste keuze?

2.1. ZONNESCHIJN

Groenten hebben allemaal zon nodig, maar in verschillende hoeveelheden. Daarom is het essentieel om de blootstelling aan zonneschijn te kennen.

- Zonnig: meer dan 6 uur zon / dag
- Half schaduw: 3 tot 6 uur zon / dag
- Schaduw: minder dan 3 uur zon / dag

Het goede idee!





Maak een plan of een fotoreportage van uw ruimte om te weten hoe lang de zon schijnt!



2.2 TEMPERATUUR

Kweken in de stad biedt meerdere voordelen! Dankzij gebouwen en wegen die de zonnestralen absorberen, is het vaak een beetje warmer dan in landelijke gebieden. Je kunt met je gewassen eerder in de lente beginnen en ze later in de herfst beëindigen.

2.3 WATER

Het is essentieel voor planten. Als uw groentebak overdekt is, zult u zeer regelmatig water moeten geven!

2.4 WIND

Hij kan schade aanrichten! Wees voorzichtig als uw balkon of terras hoog of in een winderige gebied ligt! Zorg ervoor dat u een doorlatend windscherm installeert om de wind te vertragen en dat u de zwakste planten opbindt.

2.5. LET OP GEWICHT EN VEILIGHEID!

Controleer voordat u begint het laadvermogen van de ruimte voor uw moestuin. Sommige platte daken zijn bijzonder verleidelijk, maar zijn niet ontworpen voor het dragen van zware lasten. Inderdaad, een groentebak gevuld met water kan snel heel zwaar wegen!

Welk gewicht heeft uw bak?

- Een geotextielzak van 20l gevuld met substraat weegt 6 tot 8 kg droog. Eenmaal verzadigd met water, kan het 15 tot 20 kg wegen!
- Een houten groentebak van 120 cm x 40 cm, met een hoogte van 30 cm heeft ongeveer 140 liter substraat nodig, of ongeveer 50 kg, en kan tot 100 kg wegen als het vol met water is.

Vergeet niet dat u verantwoordelijk bent voor uw bakken; zorg ervoor dat ze uw burens niet overlast bezorgen door de val of overloop van irrigatiewater:

- Installeer ze bij voorkeur aan de binnenrand van uw balkon
- Denk aan schalen voor wateropvang
- Hang of voeg gewicht aan de potten toe die door de wind kunnen worden omgestoten.

3. JE BALKON MOESTUIN STARTEN

U hebt de troeven van uw ruimte geïdentificeerd en wilt nu uw tuin beginnen! Het is nu noodzakelijk om een reeks materialen te verkrijgen om uw project uit te voeren.

3.1. HET TYPE GROENTEBAK KIEZEN

Er bestaan verschillende oplossingen voor u, om zelf te maken of kopen. Hieronder volgt een samenvatting van de mogelijke containers:



	Voordelen	Nadelen	Prijs
Terracotta pot	<ul style="list-style-type: none"> • goede vochtigheidsregeling in de zomer • variabele grootte 	<ul style="list-style-type: none"> • vraagt regelmatige watervoorziening • vriest in de winter • zwaar en breekbaar 	€€
Plastic plantenpot	<ul style="list-style-type: none"> • goede vochtigheidsregeling in de zomer • variabele grootte • licht 	<ul style="list-style-type: none"> • niet-hernieuwbaar • broos (UV) • pas op voor wortelrot als er te veel water is 	€ - €€€
Plastic pot met waterreserve	<ul style="list-style-type: none"> • autonomie voor water en goed vochtbehoud in de zomer • variabele grootte 	<ul style="list-style-type: none"> • niet-hernieuwbaar • broos (UV) • zwaar 	€ - €€€
Houten bak	<ul style="list-style-type: none"> • variabele grootte • thermisch comfort • hernieuwbaar 	<ul style="list-style-type: none"> • Pas op voor rottend hout • zwaar 	€€€
Metalen bak	<ul style="list-style-type: none"> • Lange levensduur • esthetisch 	<ul style="list-style-type: none"> • pas op voor wortelrot als er te veel water is • let op voor zomerwarmte: plaats een thermische isolatie 	€€€
Geotextiel tas	<ul style="list-style-type: none"> • variabele grootte • licht • goede ventilatie • goede wortelontwikkeling 	<ul style="list-style-type: none"> • niet-hernieuwbaar • levensduur 5 à 10 jaar 	€ - €€€
Jardisac	<ul style="list-style-type: none"> • alles in één 	<ul style="list-style-type: none"> • korte levensduur • let op wortelrot als er weinig verluchting en drainage is 	€ - €€€
Stenen bak	<ul style="list-style-type: none"> • levensduur • esthetisch 	<ul style="list-style-type: none"> • zwaar • pas op voor wortelrot als er te veel water is 	€€€
Gerecycleerd materiaal	<ul style="list-style-type: none"> • variabele grootte • esthetisch • creatief 	<ul style="list-style-type: none"> • variabele kwaliteit • let op voor mogelijk besmettingsrisico 	gratis
Hangende mand	<ul style="list-style-type: none"> • verticaliteit • gevarieerd materiaal • geschikt voor hangende planten 	<ul style="list-style-type: none"> • veiligheid • besproeiing 	€€

Een goede tip!

Reinig het gerecycleerd materiaal om overdracht van ziekten te voorkomen, met heet water en een theelepeltje bakingsoda voor kunststoffen, en met water en soda-kristallen voor terracotta potten.





3.2. HET SUBSTRAAT

Een goed substraat is essentieel om uw planten duurzame voeding, goede beluchting en drainage te bieden, allen belangrijk voor de wortels. Let tijdens het installeren op met de kwaliteit van uw mix!

Mengsel voor balkon moestuin:

2/3 grond of potgrond + 1/3 compost
OF
60-80% grond of potgrond + 20-30% compost + 10% zand/klei

- **Grond of potgrond:** je kunt tuingrond kopen of inzamelen, of tuinzakken met potgrond kopen. Zorg ervoor dat ze "bruikbaar zijn in de biologische landbouw" en indien mogelijk op basis van kokosnootvezels of bladafval en niet op basis van turf. De ontginning van turf is niet duurzaam.
- **Compost:** dit kunstmestmateriaal, gevolg van de afbraak van organisch materiaal (groen en keukenafval) door micro- en macro-organismen, zal leven in uw substraat brengen en vooral voedsel voor uw planten opleveren. Je kunt je eigen compost gebruiken, je kunt ook compost vragen aan je contacten (bijvoorbeeld via collectieve composten) of compost kopen in gespecialiseerde tuincentra (in dit geval is het meestal gesteriliseerd, wat een deel van zijn interesse wegneemt: het leven dat het brengt in je moestuinbak).
- Het klein extra: een **drainerend materiaal**, zoals rivierzand of vermiculiet, kan aan de mix worden toegevoegd voor een betere substraatstructuur. Je kunt tot 10% van het volume van het mengsel potgrond / compost opbrengen.
- Het essentiële voor een balkon moestuin: om water te laten stromen zonder substraat te verliezen, kunt u in uw potten / bakken een doorlatende bodem installeren zoals karton, kleballen of een stuk geotextiel.

De installatie

- Controleer of de onderkant van de pot doorboord is en plaats deze direct op de gewenste locatie.
- Installeer het doorlatende materiaal en vervolgens de substraatmix.
- Week de planten voordat u ze verpot en bevochtig het substraat.
- Het is tijd om te planten! Begin met grote planten gevolgd door kleinere en bedek met substraat. Laat een marge van 3 tot 5 cm ten opzichte van de rand van de pot om mulchen mogelijk te maken.
- Om met zaden te zaaien, raadpleeg de aanwijzingen van de zaadfabrikant of als deze niet aanwezig zijn, installeer ze op een diepte van 3 of 4 keer de dikte van het zaad.

3.3. ZAAD EN ZAAILINGEN

Kies biologische planten en zaden van biologische afkomst, herkenbaar aan het biologische logo. Deze variëteiten kunnen zonder pesticiden worden gekweekt en zijn over het algemeen rustiek.



Sommige planten moeten worden gekweekt uit zaad; dit is het geval bij verschillende wortelgroenten (radijs, wortels, ...). Anderen kunnen worden gekweekt uit zaailingen of zaden. Of je de zaden nu direct in de moestuinbak legt of je planten binnenshuis plant, respecteer: de zaaidiepte, de scheidingsafstand tussen de zaden, en de zaaitijd.

3.4. HET GEREEDSCHAP









<p>Oost-indische kers</p>	Zaaien in volle grond na de laatste nachtvorst, in putjes 40cm van elkaar	April tot juni. 100 – 120	Alle typen grond	Zon en half schaduw Vaak water geven	<ul style="list-style-type: none"> • Voet van de plant aanaarden • Bloemen oogsten wanneer nodig • Vangplant voor bladluizen
<p>Komkommer</p>	Zaailingen verpotten na de laatste nachtvorst in putjes van 15cm diep en 45cm van elkaar. Vul de bodem met compost	Mei tot juni 90 – 130	Rijk	Zon Vaak water geven	<ul style="list-style-type: none"> • Opbinden en vaak voeren • De komkommers oogsten als ze bleek worden
<p>Spinazie</p>	Inzaaien en verdunnen op 8cm (verpotting mogelijk)	April tot oktober. 50 – 120	Tamelijk rijk	Zon Vaak water geven	<ul style="list-style-type: none"> • De grootste bladeren oogsten door dicht bij het blad af te snijden. • Niet-geogste planten begraven: groenbemesting
<p>Tuinboon</p>	Inzaaien in lijnen 25cm van elkaar, op 4cm diepte in een vochtige groef, 1 à 2 zaden elke 15 cm	Februari tot april, en oktober tot november. 80 – 90	Niet te rijk	Zon Water geven tijdens bloei	<ul style="list-style-type: none"> • Voeten aanaarden als de planten 15-20cm hoog zijn
<p>Aardbeien</p>	Planten om de 3 jaren vervangen, met 15 à 30cm ruimte tussen elke plant	Maart tot april, augustus tot september. 4 weken tot 4 maanden.	Tamelijk rijk	Zon Vaak water geven	<ul style="list-style-type: none"> • Vruchten oogsten wanneer rijp, 's morgens, boven de steel afsnijden • Mulchen
<p>Staaibonen</p>	Inzaaien (of zaailingen verpotten) na de laatste nachtvorst: 2-5 zaden per putje, op 3 cm diepte, op 5-10cm van elkaar	Mei tot juli 60 – 90	Goed gedraineerd	Zon Vaak water geven	<ul style="list-style-type: none"> • Kies een dwergvariëteit als er weinig ruimte is • Voeten aanaarden als de planten 15cm hoog zijn • Oogsten wanneer de bonen 12 à 15cm lang zijn
<p>Munt</p>	30cm tussen elke plant	April tot juni Vaste plant	Tamelijk rijk	Half-schaduw	<ul style="list-style-type: none"> • Bewaring: snij de stengels op 15cm hoogte, en snij ze tot 10cm





				Vaak water geven	hoogte voor de winter
Radijs 	Uitstrooien of in lijnen op 15-20cm van elkaar, één zaad per cm en uitdunnen tot 3-4 cm	Maart tot oktober 18 – 50	Zachte grond, goed gedraineerd	Zon en halfschaduw Vaak water geven	<ul style="list-style-type: none"> • Er bestaan ook winterse variëteiten
Andijvie 	Uitstrooien en uitdunnen om 15cm ruimte te laten tussen elke plant, of zaailingen verpotten om de 30cm	Augustus tot oktober 70 –120	Tamelijk rijk	Zon en halfschaduw	<ul style="list-style-type: none"> • Ter hoogte van de wortelhals afsnijden of zoals snijsla
Tomaat 	Zaailingen verpotten in een putje met compost en enkele brandnetelbladen	Mei tot juli 90	Rijk	Zon Vaak water geven zodat het fruit niet barst	<ul style="list-style-type: none"> • Vaak bemesten • Opbinden • Mulchen om de vochtigheid te behouden in de grond

Legende – moeilijkheidsgraad: *makkelijk*, *gemiddeld*, *moeilijk*.

Door bepaalde planten te **combineren** kunnen ze betere resultaten behalen (minder ziektes, insecten afstoten, fruit met meer smaak ...). Dit is bijvoorbeeld het geval met basilicum en tomaat, knoflook en wortel of Aziatische mosterd met sla.

5. DAGELIJKS ONDERHOUD

Een moestuin is als het beoefenen van een instrument: het is beter om er elke dag een beetje voor te zorgen dan om er een dag per week een halve dag aan te besteden. Regelmatige observatie van uw plantages zal helpen ziekten en ongewensten te voorkomen, en zo krijgen uw planten wat ze nodig hebben, wanneer ze het nodig hebben. **Omdat het een "kunstmatige" cultuur is, is het gevoeliger voor waterstress (gebrek aan water) en onvoldoende bemesting.**

5.1. ÉÉN TOT MEERDERE KEREN PER WEEK

- Geef regelmatig water aan je planten, vooral in tijden van droogte en hitte. Doe het aan het einde van de dag, met regenwater of, bij gebrek, water op temperatuur. Om te weten of uw planten voldoende water hebben, steek uw vinger in de ondergrond: het moet nat zijn. Om het verlies van water te beperken, kunt u een mulch aan de voet van uw planten installeren: kleiballen, dode bladeren, droog grasmaaisel, vlas- of hennepstro, ...).
- Zorg voor de gezondheid van uw plantages en verwijder onkruid.
- Oogsten maar!

5.2. EEN TOT MEERDERE KEREN PER MAAND

- Zaaïen en planten volgens het teeltplan
- Bemesting aanpassen: voor planten met grote behoeften (voornamelijk planten die bloemen maken om fruit te maken), kan het nuttig zijn om organische meststoffen (gier, vermicompost-sap, ...) verdund (1 tot 10) toe te voegen) eenmaal per week / om de 10 dagen.





5.3. EEN KEER PER JAAR

- Verwijder aan het eind van de herfst de planten en giet het water leeg (als je een pot met waterreserve hebt). Bereid het substraat vervolgens voor om te overwinteren door het te bedekken met karton of dode bladeren.
- Bereid in het voorjaar het nieuwe seizoen voor! Vervang 1/5 van het substraat door rijpe compost en meng. Om ziekten te voorkomen en oogst te maximaliseren, kunt u beter een andere groente dan het jaar ervoor planten.

6. HULPBRONNEN VOOR DE BALKON MOESTUIN

6.1. ONLINE

- Moestuinmeesters van het Brussels Hoofdstedelijk Gewest -> Gericht advies
- Compostmeesters en buurtcomposten (Worms ASBL)
- Stadsmoestuinen -> Documentatie
- Leefmilieu Brussel -> Informatieblad moestuinen
- Natureparif -> Gids voor de stadstellers ("guide des urbiculteurs")
- La pousse qui pousse -> Documenten en gidsen
- VELT -> Downloadbare documenten
- Alternatives -> Gids voor plantenbakken met waterreserve

6.2. BOEKEN:

- Delprat, C. (s.dir.), 2009. Un potager sur mon balcon, Larousse.
- Lapouge-Déjean B. et Lapouge S., 2015. Je réussis toutes mes cultures en pots, Terre vivante.
- Vallès J.M., 2008. Un potager BIO sur mon balcon, Rouergue.
- Warren P., 2016 (s.dir.). Jardiner dans 1m², Larousse.

6.3. BEVOORRADING IN BRUSSEL EN OMGEVING

- Ferme Nos Pilifs, in Neder-Over-Hembeek
- La Pousse qui pousse, in Sint-Gillis
- Plantenkwekerij van Bosvoorde
- Ecoflora, in Halle
- Les moulins de Bierges, in Waver
- In tuincentra of "klassieke" doe-het-zelfzaken
- In de seizoensmarkten voor zaailingen

