

Van de redactie

Afgelopen maand hebben we weer goede dingen bereikt. Zo hebben we een workshop 'tuinieren in plantenbakken' gegeven op de oncologieafdeling en ons project 'Catered Compost' verbeterd. En dat allemaal dankzij uw steun!

Tuinieren op de oncologieafdeling en composteren met koffie

Met dank aan de actie 'nieuwe workshops op maat' heeft Alerta Verde op 24 februari een gastworkshop gegeven op de oncologieafdeling voor kinderen (waar??). De ouders (vooral moeders) die daar vaak hele dagen rondhangen voor de dagbehandeling van hun kinderen, kunnen wel wat afleiding gebruiken. Bovendien is gezonde voeding een belangrijk onderdeel in de strijd tegen kanker.

Ecologische groente zonder resten van bestrijdingsmiddelen zijn vele malen gezonder dan het standaard aanbod op de markt. Door het gebrek aan ruimte bij het ziekenhuis, hebben we de les gebaseerd op het tuinieren in plantenbakken.

Na een korte inleiding, gebaseerd op onze lesfolder 'tuinieren in plantenbakken', hebben we bakken gesneden en geknipt uit frisdrankflessen en kleine jerrycans. De zelf meegebrachte potgrond mengde ons team met paardenmest en grond om de plantenbakken in te zaaien.



Veel ouders hadden van hun arts al het advies gekregen thuis een tuintje te beginnen om biologische groente te kweken. Daarom hebben we uiteindelijk vooral zaailingbakken ingezaaid. Vaak twee verschillende groentes met meerdere zaden, om ze uiteindelijk thuis uit te planten in de tuin.

Over een aantal weken geven we een vervolgworkshop over het zelf maken van biologische bestrijdingsmiddelen.

Foto van de maand...



De Padre Luis Diez del Pozo school ontvangt dit jaar naast ondersteuning in de schooltuin maandelijks een bedrag van €100 voor de eetzaal op school waar dagelijks een goedgevulde soep wordt geserveerd. Op de foto de directrice met een vertegenwoordiger van de ouderraad met de eerste inkopen (rijst, pasta, linzen en olie).

Dankzij onze vrijwilligster Ellie (die volgende maand over haar werkzaamheden schrijft) hebben we het composteringsproject 'Catered Compost' verbeterd. Naast de groenteschillen die we twee keer per week ophalen bij twee restaurants, halen we nu ook één keer in de week koffiedik bij twee cafés. Een welkome aanvulling voor de composthoop. Om mooie compost te krijgen, zijn alleen groenteschillen die veel water bevatten niet genoeg. Je hebt ook drogere materialen nodig die het vocht op kunnen nemen. Daarnaast is koffiedik zo rijk aan stikstof dat het een vergelijkbaar effect als dierenmest op de composthoop kan hebben. De hoop warmt sneller op en composteert beter. Bovendien vinden de compostwormen, die wij inzetten wanneer de compost bijna klaar is, koffiedik erg lekker.

Een bijkomend voordeel is dat we in beide cafes en restaurants bordjes op hangen met de boodschap dat ze milieuvriendelijk bezig zijn. Op deze manier belonen we ze voor hun inzet en promoten tegelijk het recyclen van groenafval onder hun klanten. De kringloopgedachte in praktijk!

Kim moestuiniert in de stad...

Redacteur Kim Nelissen heeft haar eigen moestuin in Utrecht. Ze heeft alvast wat moestuintips voor de maand maart. 'In maart gaat het moestuinseizoen weer van start! Je kunt de grond gereed maken en zelfs al wat eerste dingen in de volle grond zaaien. Bijvoorbeeld radijs, doperwt, peultjes, snijbiet en spinazie. Op de vensterbank kun je al wat groenten voorzaaien: paprika, peper, tomaat, peterselie en verschillende koolsoorten.

Heb je alleen een balkon? Dan kun je in potten ook aardig wat groenten telen. Cherrytomaatjes, kleine peper- en paprikaplanten, rucola en kruiden doen het prima in pot!

Meer tips? Lees Kim's blog:
www.kimtik.nl/moestuiniere-stad-zo/