



De Kleine Aarde

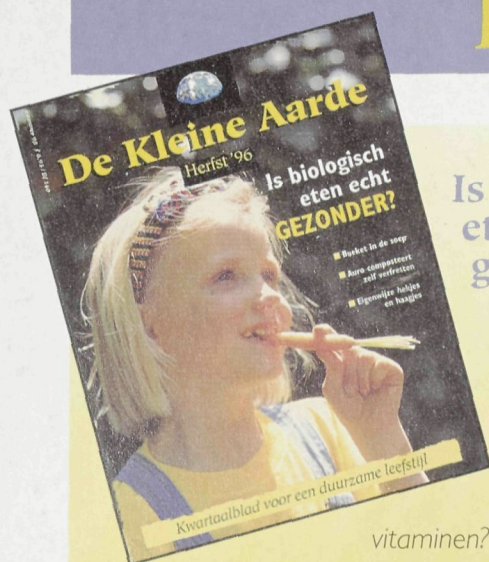
Herfst '96

Is biologisch
eten echt
GEZONDER?

- Boeket in de soep
- Auro composteert
zelf verfresten
- Eigenwijze hekjes
en haagjes

Kwartaalblad voor een duurzame leefstijl

De Kleine Aarde Herfst '96



Is biologisch eten echt gezonder?

Heeft een biologische wortel meer levenskracht dan een gangbare? Bevat hij echt meer vitamines? De Kleine Aarde vergelijkt het biologische product met het gangbare. Laten groene eters zich voor de gek houden of is biologische voeding echt gezonder?

Pagina 6

Boeket in de soep

Kleurrijk en heerlijk: stampot goudsbloemblaadjes. Bij Nancy en Ferry Kliphuis gaan bloemen zo van de vaas in de pan.

Pagina 12

Zeppelin: luchtschip of luchtfiets?

Het luchtschip is terug! Kan het zich meten met vliegtuig en vrachtwagen? Of blijft het bij pleziertochtes voor elitaire toeristen? De voors en tegens van de zeppelin.

Pagina 16



Natuurverf

Verfproducten, glaceermiddelen, hobbylijm en sprookjeswol. Auro-producten scoren hoog langs de ecologische meetlat.

Pagina 40



Natuur op de volkstuin

De tijd is rijp dat amateurtuinders iets gaan doen aan de natuur op hun complex. Het Nationaal Keurmerk Natuurlijk Tuinieren helpt ze daarbij. In Utrecht doet tuindersvereniging Abstede mee.

Pagina 24



Inhoud nummer 98



Thema Is biologische voeding echt gezond? 6

Reportage Bloemen in de soep 12

Landbouw De Kleine Aarde in Roemenië 14

Vervoer Zeppelin: luchtschip of luchtkasteel? 16

Grrroen Kinderen Voorrang! 19

Ecostad Hondervijftig voorbeelden verzameld 21

Interview Extreme besparingen van De Man 22

Tuin Natuurlijk keurmerk voor tuinvereniging Abstede 24

Tegenwind-festival 26

Vis(ver)voer Texel 26

DE KLEINE AARDE ACTIEF 27



Groene Pluim
Waterbesparingswedstrijd 27
Homepage De Kleine Aarde op internet 28
Hongarije Zusje Kleine Aarde 29
Activiteitenprogramma 30
Interview Fransje de Waard over tuinen 34

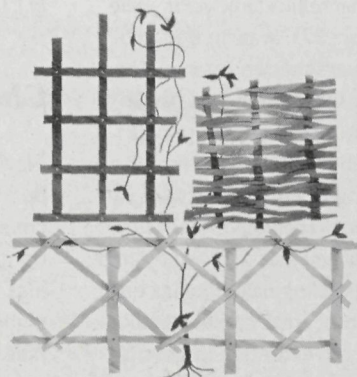
Recepten Pompoen in de pan 36

Spijker op z'n kop Plantenwaterzuivering 38

Bouwen en wonen Natuur als verffabriek 40

Test Apparaten op zonne-energie 44

Tuin Eigenwijze hekjes 52



Redactioneel

Gezondheid!

Complete tijdschriften worden er aan gewijd, tv-programma's en gesprekken op verjaardagen gaan erover. Men jogg, kuurt, sport, tobt of heeft de mond vol van vitaminen. Gezondheid is hot-item nummer 1. Handenvol poen gaan over de balk voor vermeend heilzame preparaten, spore-concentraten, therapieën, drankjes. Gek dat biologische producten maar niet gekocht willen worden. Niet willen? Natuurlijk willen ze wel, maar de consument vertikt het. Te duur. Weet niet waar je dat spul kunt kopen. Bier met chips en patat met mayo zijn tenminste overal te koop. Of is biologisch geteeld voedsel helemaal niet zo gezond? Daarover lopen de meningen geweldig uiteen, zoals wel blijkt uit het omslagverhaal van dit tijdschrift.

Soms zie er één zweven. Maar dat is altijd een opblaasbaar geval, nooit een echt luchtschip, laat staan een zeppelin. Zeppelin is een merk. Misschien kunnen we over vijftien jaar per zeppelin op vakantie, want er is een nieuw model in de maak. Ook andere fabrieken storten zich op het luchtschip. U leest er over in dit tijdschrift.

De redactie daagt u uit een installatie aan te leggen voor waterzuivering met riet. Een handleiding vindt u in dit blad.

En doet u mee met de verhalenwedstrijd? Of bent u geen Groene Gek? Dan verzint u er toch één?

1

En verder

Postbus 151	2	en wonen	39
Clara	3	Column: Kees Stip	39
Uit het nieuws	4	Regeladvertenties	42
Oplossing ecocrypto	11	Vragenrubriek consument	46
Column: Kraker	11	Column: de Vrek	46
Uit kleine bladen	18	Milieu Thuis	47
Mensen en Mogelijkheden	20	Bladeren	48
Bon	29	Raadgevers	50
Uitgaven De Kleine Aarde	34	Vragenrubriek tuin	51
Vragenrubriek voeding	35	Column: Willem Iven	51
Routebeschrijving	34	Kunst	61
Vragenrubriek bouwen			

De Kleine Aarde

Postbus 151, 5280 AD Boxtel,
Tel.: 0411-684921, Fax: 0411-683407,
E-mail: dekleinearde@pz.nl,
Bezoekadres: 't Klaverblad 1, Boxtel.

De Kleine Aarde wil zoveel mogelijk mensen interesseren voor een milieuvriendelijke, gezonde leefwijze, gebaseerd op landbouwmethoden, voedingsgewoonten en omgang met energie en grondstoffen, die het milieu ontzien en ook in andere landen een duurzame ontwikkeling ondersteunen.

Verschijnt viermaal per jaar, bij het wisselen der seizoenen. Columnisten schrijven onder eigen verantwoordelijkheid. Hun mening dekt niet noodzakelijk die van De Kleine Aarde.

Dit tijdschrift wordt gedrukt op honderd procent kringlooppapier.

Redactie

Koos Dijksterhuis, Helene Kleijburg, Laurens Lammers, Janneke Roodzant.

Aan dit nummer werkten verder mee:

Alice Bender, Esther Bruls, Bram van Ginneken, Willem Iven, Rijkert Knoppers, Michèle Post, Michel Robles, Piet Hein Scheltens, Fleur Speet, Kees Stip, Inek Terstappen, Hanneke van Veen, Margit Warmink, Frank Wiezer.

Foto's en tekeningen:

Trees Borkes, Oene Bouma/Kokp Kartografie, Joost Dijkerman, Ron Giling/Lineair (omslag), Human Touch/Wilbert van Woensel, Katrien Holland, Ellen Karis, Sander Kessels, Annie Meussen, Marcel Minnée, Benno Neeleman, Ad van de Sande, Paul Singh, Fleur Speet, Inek Terstappen, Wilbert van Woensel/Human Touch, Zeppelin Museum.

Advertenties

Heleen Petter en Paula van Woerkom (0411-684921)

Abonnement/donateurschap

Donateurs krijgen het tijdschrift gratis toegestuurd. Standaarddonatie f45,-. Minimumdonatie f25,- per jaar. U wordt donateur door f45,- (of f25,-) over te maken op giro 52730 van De Kleine Aarde in Boxtel. Zet erbij 'nieuwe donateur'. Voor België is het gironummer 000-1137770-57. Wij nemen aan dat u uw donateurschap voortzet, tenzij u ons uiterlijk 1 oktober anders bericht.

Losse nummers

De Kleine Aarde is verkrijgbaar in de boekhandel, kiosk en natuurvoedingswinkel. Oude nummers kunnen worden nabesteld door de prijs plus verzendkosten over te maken op giro 52730 van De Kleine Aarde in Boxtel. Nrs. 1-26 uitverkocht. Nrs. 27-91 f1,-. Nrs. 92-95 f5,95. Vanaf nr. 96 f6,95. Verzendkosten f3,- voor 1 exemplaar, f5,- voor meer exemplaren.

Vormgeving:

Heleen van der Sanden-de Groot

Druk: Macula, Boskoop

Uitgave: Stichting De Kleine Aarde, centrum voor een leefbare wereld.



Postbus 151

Wilt u ergens op reageren? Stuur dan uw reactie naar De Kleine Aarde, Postbus 151, 5280 AD Boxtel, t.a.v. de redactie. Brieven kunnen door de redactie worden ingekort.

Soja

Zonder kritiek te willen leveren op jullie uitstekende blad, wil ik toch wel reageren op het artikel 'De wonderboon soja' (De Kleine Aarde zomer '96). Dit artikel rammelt. Sinds 1978 ben ik betrokken bij de import van soja in Europa, destijds nog bij Manna. Het betrof Franse biosoja en Japanse soja-eindproducten als miso en shoyu/tamari, die helemaal niet worden genoemd, terwijl dit hele belangrijke eindproducten zijn, ook op de bio-markt. De in Europa of Nederland ingevoerde soja komt als soja-boon binnen; niet als halffabrikaat, zoals gesuggereerd door de Vuurdoop. Nog geen één procent van de invoer is halffabrikaat.

Tofu wordt niet door een doek geperst om het water er uit te halen. Ik zou niet weten hoe dit technisch gesproken zou moeten. De niet verteerbare celluloseresten worden uit de sojamelk gehaald door filtratie, de tofu wordt ingedikt door samenpersen van het gestremde soja-eiwit. Ongeveer zoals bij kaas gebeurt. De bittere smaak en een ongewenst enzym worden verwijderd en onschadelijk gemaakt door

verhitting. Het is verboden onverhitte soja in veevoer te verwerken. Voor menselijke consumptie wordt het altijd gekookt.

De hele bio-sojamarkeet draagt in Europa ongeveer acht miljoen kilo. Het grootste deel daarvan gaat niet naar tofubereiders, maar naar de producenten van sojamelk en sojadesserts. Circa twee miljoen kilo wordt nu reeds jaarlijks in Europa geteeld, voornamelijk in Frankrijk. Gevaert/Lima teelt al sinds 1975 biosoja in Frankrijk en sinds 1988 produceert Lima in Frankrijk bio-shoyu. Het is een groot ecologisch succes. Import vanuit Japan is niet meer nodig. Een bedrijf als Soy in Zuid-Frankrijk produceert een gigantische hoeveelheid sojamelk, geheel met Franse sojabonen. Alleen in geval van misoogst importeren ze. In Paraguay wordt sinds 1986 biosoja geteeld, wat direct door de Skal wordt gecontroleerd. De reactie van Willem Bosman klopt. Die papegaaien kregen ziektes, maar die beesten eten normaal dan ook geen soja. In China en Japan is soja al een paar duizend jaar een belangrijke bron van eiwit. Een miljard mensen zouden zonder soja problemen hebben om in hun eiwitbehoefte te voorzien.

Robert Janssen, Heiloo

Elektrostress

Heel hartelijk dank voor jullie blad (nr. 97), waarin een artikel is verschenen over elektrostress. We hopen van harte dat veel mensen hier profijt van hebben. Wij waren niet op de hoogte van het bestaan van jullie voortreffelijke blad; het blijkt precies te zijn waar onze belangstelling naar uitgaat en hebben er interessante artikelen en advertenties in gevonden. We zien met veel belang-

stelling uit naar de volgende nummers. Heel veel succes en geluk toegewenst met jullie als voorbeeld dienende Kleine Aarde en onze hartelijke groeten.

Cobie en Henk Hemelrijk, Bant

Kruiden (1)

In het zomernummer van De Kleine Aarde las ik het artikel 'eerste hulp met kruiden'. Met name de werking van de paardebloem heeft mij gegrepen. Voor mij is de werking van kruiden en het rechtstreeks consumeren uit de natuur een openbaring in een uitzichtloze consumptiemaatschappij. Marcel Stortelder, Zutphen

Kruiden (2)

Tot mijn verbazing las ik in de zomereditie van De Kleine Aarde hoe weinig er bekend is over de roomse kervel. Beslist niet giftig, integendeel, een voortreffelijk onderdeel bij de bereiding van lamsbout en in de sla. Door zijn soepele nerven makkelijk als een dekentje om de bout te wikkelen (en dan in de kasserol!). Met zijn zacht-anisachtige aroma past dit wonderwel bij lamsvlees. Bovendien is hij een sierlijke plant, vooraan in een border. Hij wordt niet hoog met af en toe bij snoeien en krijgt een mooie, witte schermbloem (als bij vlier). Met zijn varenachtige bladeren ook een bodembedekker.

H.J.T. Harthoorn, Haarlem

Champignons

Naar aanleiding van de door u beantwoorde vraag over eco-champignons in het zomernummer van De Kleine Aarde: Het verschil tussen eco-champignons en gangbare zit hem niet in het doodstomen van de compost. In beide gevallen



wordt de compost doodgestoomd. Het verschil zit in het vervolgproces. Tegen alle mogelijke aantastingen worden in de gangbare teelt middelen gebruikt die in de eco-teelt niet toegestaan zijn.

Shi-take groeit absoluut niet op oud hout. Vers hout op het moment van aanbrengen is een voorwaarde. Oude stronken zijn altijd al bezet door andere wilde schimmels.

Voor vragen over paddestoelen kunt u altijd bij ons terecht.

Rita Divendal, De Spore
Myceliumculturen, Uffelte, 0521-351588

Bedankt

Door jullie ben ik geworden wat ik nu ben, een persoon die zich bijna dagelijks inzet voor

meer natuur in een beter milieu. Via vrijwilligerswerk voor het IVN, in een commissie voor bedrijfs interne milieuzorg en sinds kort als groene vertegenwoordigster in het bestuur van het waterschap Wold en Wieden te Steenwijk. Vooral deze functie slokt veel vrije tijd op en ik heb besloten enkele abonnementen op te zeggen. Ook die van jullie. Bij deze wil ik jullie bedanken voor de vele inspirerende, milieuvriendelijke ideeën, waarvan we er vele in praktijk gebracht hebben, zoals ecologisch eten, hooikist, moestuin, inmaken, zonneboiler, zonnelamp, zonnedoos (voor koken), waterbesparingstips, eigenlijk te veel om op te noemen. Ga vooral door met jullie werk en het streven naar een duurzame wereld.
Mw. Loekie Langendoen, De Pol

Overige medewerkers De Kleine Aarde

Directie: Petra Souwerbren. Educatie en Voorlichting: Jol Moors (algemeen) Anita Maas (moestuin), Anneloe Rijkema (voeding), Harrie Perebooms (bouwen en wonen), Jan Juffermans (Lokale Agenda 21, noord/zuid), Ciel van der Lugt, Marja de Nijs, Marjo Roelofs. Publieksterrein: Joost Andrik, Ben van Dieren, Marcel d'Hont, Henk van Els, Theo Gijsman, Stijn Ariaens, Okkel Klaver, Juul Kluitmans, Marjon van de Meerendonk, Ingrid Spaargaren, Guido Verdonk, Arno Vlooswijk. Bezoekerscentrum: Marina de Bekker, Martin Buskens, Truus Goossens, Alex Zondervan. Administratie: Wiemy Hendriks, Sofija van der Loo. Receptie: Paula van Woerkom, Heleen Petteer, Ans van der Plas. Reproductie: Frans Boons, Karl Kukken, André Wouters. Technisch Onderhoud: Bert Schneider, Frans van de Westelaken. Huishoudelijke Dienst: Marianka Wanninkhof, Karin Kunst, Yvonne van Dooremaal, Eveline Broersma, Liesbeth Kerssemakers.

Auteursrecht: De Kleine Aarde 1996

ISSN 0166-3704

De Kleine Aarde verhalenwedstrijd De Groene Gekken Rally

Het is druk bij de groenteboer. U staat in de rij voor boontjes, met een al eerder gebruikte groentezak in de hand. Dat scheelt papier, immers. 'Doet u ze maar in deze zak', zegt u, maar de groenteboer vult al een gloednieuwe. Misschien sprak u wel te zacht. Anders zou het de aandacht van de andere klanten trekken. Ze zouden u maar een zemelaar vinden, vreest u. Heeft u dat ook wel eens? Voelt u zich de zeurpiet, de evangelist, de onbegrepene, de roepende in de woestijn, om wie men smalend gniffelt? De automobilist, de vleeseter, de chartertoerist leven zich schaamteloos uit, terwijl u pleit voor fiets, ecoworteltjes of kampeervakantie in Nederland. Bent u ook zo'n Groene Gek?

Schrijf uw ervaringen op, breng uw gène onder woorden en steek andere Groene Gekken een hart onder de riem met een spannend verhaal! Zend uw stuk van maximaal 550 woorden uiterlijk 30 september naar: redactie De Kleine Aarde, postbus 151, 5280 AD Boxtel, o.v.v. 'verhalenwedstrijd'. De leukste, meest verrassende, beste verhalen worden geplaatst in het winternummer van De Kleine Aarde, december 1996. Geplaatste verhalen worden beloond met een Groene-Gekkendiner: een vegetarisch, ecologisch drie-gangenmenu op een vrijdagavond bij De Kleine Aarde.

POLITIEK

Jongeren voor biologische landbouw

Vrijwel alle politieke jongerenorganisaties, links en rechts, hebben minister Van Aartsen van Landbouw onlangs het plan voorgelegd om in Nederland jaarlijks vijftig miljoen gulden van het overheidsbudget te reserveren voor biologische landbouw.

Het plan doet bestedingsvoorstellen waardoor het marktaandeel van biologische producten kan stijgen tot tien procent in 2000 en het biologisch areaal in 2002 tien procent kan bedragen. De jongeren stelden de minister verschillende vragen. Zo vroegen ze of hij hun mening deelt, dat ontwikkeling van de biologische sector een forse ingreep in de vrije markt vergt. Milieukosten zouden bijvoorbeeld niet meer op derden mogen worden afgewenteld. Subsidies aan de gangbare landbouw moeten verder omlaag of minimaal evenredig zijn aan die voor biologische boeren. Een andere vraag was wat de overheid zelf ging doen om de afzet van biologische producten te stimuleren. In de meeste gemeentekantines, provinciehuizen, rijksinstellingen, scholen, ziekenhuizen en dergelijke voldoen brood, beleg, aardappelen, groenten, melk, koffie, thee, bier en wat dies meer zij nog immer niet aan de ecologische normen.

Tot slot bevelen de jongeren een heffing op bestrijdingsmiddelen aan. Deze heffing is al in werking in andere Europese landen, zoals Denemarken, Zweden en België. Volgens een commissie binnen de Jongerencoalitie, die de vergroening van het fiscale stelsel onderzoekt, stond die heffing toch al in het Meerjarenplan Gewasbescherming van het Ministerie.

(Laurens Lammers)

COMPENSATIE

Rotterdam wil tropenbos

Rotterdam heeft gaat tot het jaar 2010 acht miljoen gulden uitrekken voor aanleg en onderhoud van extra bos. De helft komt ten goede aan nieuw bos in het Rijnmondgebied, vertelt gemeente-voorlichtster Harmke Haarsma. De andere helft gaat naar bosaanleg in 'een tropenland'. Met het bos wil Rotterdam een deel van de uitstoot van het broeikasgas CO₂ compenseren. Groeiende bomen nemen CO₂ op uit de lucht. In welk land het Nieuwe Rotterdamse Bos komt te staan, kan Haarsma nog niet zeggen: 'Samen met de Stichting Face wordt dat momenteel uitgezocht.' Face is door de Nederlandse energiebedrijven speciaal opgericht om dergelijke compensatie-projecten uit te voeren. Zeker voor een energieslurpende industriestad als Rotterdam resteert toch nog één vraag: zou consuminderen niet beter zijn dan compenseren?

(Michel Robles)

HOUT

Ambachtelijke producten in de mode

Ambachtelijk vervaardigde houtproducten, waaronder instrumenten, speelgoed, meubilair, beeldhouwwerken, brilmonturen raken steeds meer in de mode. Dat blijkt uit zowel de grotere belangstelling voor mooie houtproducten als het de toename van het aantal mensen die zich in het vak specialiseren.

Staatsbosbeheer organiseerde op het landgoed Slangenburg in Doetinchem onlangs een aparte markt met een twintigtal ambachtelijke houtbewerkers. Aanleiding vormde onder meer het feit dat er in ons land steeds meer bomen groeien, met hout dat geschikt is voor hoogwaardige toepassingen. Net als in het verleden zal hout in de toekomst één van onze belangrijkste bouwstoffen zijn, meent Staatsbosbeheer. Met nieuwe technieken zijn we inmiddels toegekomen aan toepassingen in bijvoorbeeld bril-

monturen of bepaalde objecten in landschapsarchitectuur. In 1995 werd de vereniging Houtrijk Nederland in het leven geroepen, voor modern ambachtelijke houtbewerkers, bosbouwers en houtzagers. Alle leden werken volgens de principes van duurzaamheid. Dat betekent meer hoogwaardig houtgebruik, duurzame afwerking en aandacht voor ambachtelijk vervaardigde producten.

Houtrijk Nederland, Postbus 3, 4128 ZV Lexmond.

(Laurens Lammers)

INDIANEN

Jachtkamp bij Volkel

De week van 12 tot en met 19 oktober is uitgeroepen tot de actieweek van de internationale campagne voor Canadese Innu-indianen. Doel is een laatste poging te doen om de laagvlieg oefeningen van Nederlandse op Volkel gestationeerde



FOTO: INNU NATION

F16-straaljagers boven het grondgebied van de Innu te stoppen. In Canada, maar ook elders in de wereld, zal vooral protest plaatsvinden tegen de op handen zijnde plannen het laagvliegverdrag tussen Nederland en Canada te verlengen. De Innu-steungroep in ons land zal samen met de indianen in Volkel een jachtkamp inrichten op een stuk grond naast de vliegbasis. De overeenkomst tussen de Nederlandse regering met de Canadese autoriteiten over het laagvliegen zal in december mogelijk voor tien jaar worden verlengd. Vanaf 1986 vliegen de F16's al over het Innu-grondgebied in Labrador en Quebec, op 30 meter hoogte. De vluchten zijn de laatste jaren toegenomen tot enkele duizenden per jaar. Ook andere landen, zoals België, Duitsland en Engeland, gebruiken het Innu-luchtruim als oefenterrein. Innu Steungroep, Postbus 13670, 2501 ER Den Haag, 070-3888553. Bijdragen zijn welkom op giro 40092 tnv Innu Steungroep in Den Haag. (Laurens Lammers)



FOTO: JOOST DIJKERMAN

WANDELEN

Leve de onverharde voetpaden

Op 12 en 13 oktober organiseert Nemo, vereniging van Vrije Wandelaars, de eerste Voetpadendagen. Tijdens dit evenement, dat jaarlijks zal gaan terugkeren, zijn er 66 aantrekkelijke wandelingen te maken over (onbekende) paden. Nemo wil proberen meer aandacht te krijgen voor het behoud en de toegankelijkheid van voetpaden.

Onverharde paden hebben volgens de organisatie belangrijke cultuurhistorische waarde en zijn van groot belang voor natuur en landschap. Bovendien zijn het aantrekkelijke wandelpaden. In een pamflet somt Nemo wat politici en beleidsmakers kunnen doen om de paden te beschermen. Zo zouden ze niet meer geasfalteerd, afgesloten of omgeploegd mogen worden, zijn er meer voorzieningen nodig voor wandelaars en moet het recreatief verkeer op de paden omlaag. De paden zouden ook een juridische status moeten krijgen. Daarvoor moet een wijziging komen in de Wegenwet, die nu onvoldoende rechtsbescherming biedt. In het kadaster bijvoor-

beeld en op stafkaarten is de status niet zichtbaar gemaakt. Een ander middel om de status te verhogen is door de paden net zo te behandelen als beschermde natuur- en recreatiegebieden. Veel van de onverharde paden liggen vaak in het zogeheten 'witte' gebied, dat buiten de beschermde gebieden ligt, en krijgen daarom niet gauw het predikaat 'waardevol'.

Meer informatie in de Voetpadenkrant, verkrijgbaar bij VVV's. Nemo, 020-6817013.

WATERBEHEER

Brabantse alliantie voor 'waterconservering'

De provincie Noord-Brabant gaat samenwerken met Brabantse landbouwbedrijven en waterschappen om de verdroging aan te pakken. Onlangs werd hiervoor door alle partijen een intentieverklaring ondertekend.

In de verklaring zijn afspraken gemaakt gericht op waterconservering in de bodem en verhoging van de waterpeilen in sloten en andere oppervlaktewateren. De extreme droogte in 1995 en 1996 in Noord-Brabant hebben eindelijk duidelijk gemaakt hoe belangrijk het vasthouden van water in de bodem is. Alle natuur- en landbouwgronden die met droogteproblemen kampen moeten voor 1999 voldoende nat zijn.

Lange tijd is de waterhuishouding in de bepaalde delen van provincie gericht geweest op de afvoer van water. Om de daardoor onstane verdroging tegen te gaan is inmiddels water aangevoerd vanuit de Maas. De waterbehoefte in de landbouw wordt voorname-lijk bepaald door de gewaskeuze, de bodemsoort en de hoogteligging. Daar waar het kan, zullen boeren echter een andere waterhuishouding gaan doorvoeren. De boeren zullen de hogere peilen in sloten en watergangen handhaven, zodat de bodem meer en langer water kan opslaan. Dat zal uiteindelijk leiden tot een grotere aanvulling van het grondwater en een minder snelle uitdroging van de bodem, wat extra beregeningen overbodig maakt. Landbouw en natuur hebben daar voordeel bij.

Andere afspraken zijn gemaakt over de beregeningstijden. In Heesch is inmiddels een project van start gegaan onder de naam 'beregennen op maat'. Binnen drie jaar zal Noord-Brabant dit voorbeeld van 'een gefaseerd beregeningssysteem' voor alle boeren zijn ingevoerd. In de provincie zal ook een registratie gaan plaatsvinden van de hoeveelheden grondwater die aan de bodem worden onttrokken. De financiering van dit alles komt uit de pot van de waterschappen.

In het jaar 2000 zullen de partijen de maatregelen gaan evalueren en per regio bijstellen.

(Laurens Lammers)

LANDBOUW

Natuur tegen lage kosten

Het centrum voor Landbouw en Milieu (CLM) pleit ervoor om natuurbraak op boerenbedrijven te stimuleren. Deze vorm van 'natuurbeheer' blijkt in de praktijk tegen lage kosten mogelijk te zijn en uiterst succesvol. Klaprozen, korenbloemen, blauw walstro, hazen en patrijzen profiteren flink mee van de 'natuurgerichte braaklegging'.

Het CLM heeft twee jaar lang samen met 22 akkerbouwers onderzocht hoe de natuur op braakpercelen de beste kansen kan krijgen. De resultaten bleken beter dan onderzoekers hadden verwacht. De meeste initiatieven vonden plaats op melkveebedrijven. De Europese braaklegregeling, bedoeld om overproductie tegen te gaan, biedt mogelijkheden om juist in relatief 'saai' akkerbouwgebieden de natuur de ruimte te geven. Natuurbraak levert nu al binnen een jaar extra natuur op.

Is biologische voeding echt GEZONDER?

Bezoekers van natuurvoedingswinkels tasten in vergelijking met supermarktgangers diep in de buidel. Laten groene eters zich voor de gek houden of is biologische voeding echt gezonder?

HELÈNE KLEIJBURG
& JANNEKE ROODZANT

Biologisch eten in Nederland is een exclusieve bezigheid, voornamelijk van mensen met een hoog inkomen. Slechts één procent is *heavy user*. Drie tot vier procent gebruikt onregelmatig en negenendertig procent koopt incidenteel. Uit een onderzoek blijkt dat de eigen gezondheid het belangrijkste motief is om biologisch voedsel te kopen. De milieu- en diervriendelijkheid van bio-voeding volgen op de voet. Smaak staat op de vierde plaats. Maar is biologische voeding wel gezonder? Die vraag valt (helaas) moeilijk te beantwoorden. De een denkt bij gezonde voeding aan een proteïnerijk biefstukje, de ander zweert bij een cholesterolvrije seitanburger. Hoewel het Voorlichtingsbureau voor de Voeding een gevarieerd menu en weinig vet propageert, 'graast' de Nederlander vele al dan niet gezonde tussendoortjes per dag. Iedereen blijkt zijn eigen idee over gezondheid te hebben.

Antroposofen zijn van mening dat biologisch-dynamisch voedsel gezonder is vanwege de levenskracht die het bevat. Volgens Machteld Huber, als arts verbonden aan het voedingsinstituut Dúnamis, heeft biologisch voedsel meer 'potentie' dan gangbaar voedsel. Een krop bio-sla die doorschiet krijgt een stevige stengel en ontelbaar veel kleine stralende gele bloemetjes. Een met veel kunstmest geteelde krop sla vormt een massa blad en rot vervolgens weg. De antroposofen vinden dat een plant langzaam moet kunnen groeien en daardoor zelf weerstand ontwikkelen tegen ziekten en insecten. Huber: 'Om sterk en weerbaar te worden, moet een plant niet *overstressed* raken door kunstmest en pesticiden.' Volgens een onderzoek van het Louis Bolk Instituut bevatten biologische groenten in een aantal gevallen meer vitamine C en minder nitraat dat in het lichaam wordt omgezet in het giftige nitriet. Huber: 'Wie het levenskrachtige biologisch (dynamische) voedsel eet, krijgt een grotere weerstand tegen alle vervuiling, variërend van psychische druk tot het vervuilde milieu.' Voedingsvoorlichtster Anneloe Rijkema van De Kleine Aarde voegt daar nog aan toe: 'Je weerstand wordt bij gangbaar eten keer op keer

Antroposofen:
'Biologisch voedsel
is gezonder
vanwege de levens-
kracht die het
bevat'

THEMA

FOTO: MARCEL MINNÉ



Is biologische voeding GEZONDE



ng echt
ER?

Bezoekers van natuurvoedingswinkels tasten in vergelijking met supermarktgangers diep in de buidel. Laten groene eters zich voor de gek houden of is biologische voeding echt gezonder?

HELÈNE KLEIJBURG
& JANNEKE ROODZANT

Biologisch eten in Nederland is een exclusieve bezigheid, voornamelijk van mensen met een hoog inkomen. Slechts één procent is *heavy user*. Drie tot vier procent gebruikt onregelmatig en negenendertig procent koopt incidenteel. Uit een onderzoek blijkt dat de eigen gezondheid het belangrijkste motief is om biologisch voedsel te kopen. De milieu- en dier-vriendelijkheid van bio-voeding volgen op de voet. Smaak staat op de vierde plaats. Maar is biologische voeding wel gezonder?

Die vraag valt (helaas) moeilijk te beantwoorden. De een denkt bij gezonde voeding aan een proteïnerijk biefstukje, de ander zweert bij een cholesterolvrije seitanburger. Hoewel het Voorlichtingsbureau voor de Voeding een gevarieerd menu en weinig vet propageert, 'graast' de Nederlander vele al dan niet gezonde tussendoortjes per dag. Iedereen blijkt zijn eigen idee over gezondheid te hebben.

Antroposofen zijn van mening dat biologisch-dynamisch voedsel gezonder is vanwege de levenskracht die het bevat. Volgens Machteld Huber, als arts verbonden aan het voedingsinstituut Dúnamis, heeft biologisch voedsel meer 'potentie' dan gangbaar voedsel. Een krop bio-sla die doorschiet krijgt een stevige stengel en ontelbaar veel kleine stralende gele bloemetjes. Een met veel kunstmest geteelde krop sla vormt een massa blad en rot vervolgens weg. De antroposofen vinden dat een plant langzaam moet kunnen groeien en daardoor zelf weerstand ontwikkelen tegen ziekten en insecten. Huber: 'Om sterk en weerbaar te worden, moet een plant niet *overstresst* raken door kunstmest en pesticiden.'

Volgens een onderzoek van het Louis Bolk Instituut bevatten biologische groenten in een aantal gevallen meer vitamine C en minder nitraat dat in het lichaam wordt omgezet in het giftige nitriet. Huber: 'Wie het levenskrachtige biologisch (dynamische) voedsel eet, krijgt een grotere weerstand tegen alle vervuiling, variërend van psychische druk tot het vervuilde milieu.' Voedingsvoorlichtster Anneloe Rijkema van De Kleine Aarde voegt daar nog aan toe: 'Je weerstand wordt bij gangbaar eten keer op keer

Antroposofen:
'Biologisch voedsel
is gezonder
vanwege de levens-
kracht die het
bevat'

Zelfs de gangbare
eter vraagt zich af
of al die pesticiden
geen kwaad
kunnen

op de proef gesteld, door de pesticiden en diergeneesmiddelen waar het lichaam zich met moeite van moet ontdoen.'

Gezondheid is een samenspel is tussen een geestelijk, sociaal en lichamelijk welbevinden, vindt Rijpkema: 'Als ik me prettiger voel bij het eten van een onbespoten krop sla, dan is dat goed voor mijn gemoedsrust en dus voor mijn geestelijk welzijn. Vaak wordt vergeten dat gezondheid meer is dan het ontbreken van een ziekte.'

Vruchtbaar

Niet iedereen vindt dat er zulke duidelijke kwaliteitsverschillen zijn. Uit een test van de Consumentenbond blijkt dat bio-groente nauwelijks anders is dan 'gewone' groente. De hoeveelheid nitraat in bio-bladgroenten was inderdaad regelmatig kleiner, maar soms ook gelijk aan gangbare. In het biologische product komt in een aantal gevallen wel meer vitamine C voor. Het laatste rapport over alternatieve voeding van de Voedingsraad, een adviescommissie van de overheid, laat ook zien dat biologisch niet systematisch meer mineralen en vitaminen bevat. Op aanwezigheid van bestrijdingsmiddelen en zware metalen scoren bio-producten wel lager. Een Duits onderzoek gaf vorig jaar vergelijkbare resultaten. De Universiteit van Wageningen begint dit jaar met een soortgelijk onderzoek.

Een pluspunt van de biologische groente is dat bij de teelt geen bestrijdingsmiddelen zijn gebruikt. Zelfs de gangbare eter vraagt zich wel eens af of al die pesticiden geen kwaad kunnen. Volgens sommigen is daar niets mis mee, anderen stellen het landbouwgif verantwoordelijk voor de ergste gezondheidsproblemen.

De verslechtering van de kwaliteit van het mannelijke sperma in veel Europese landen zou iets te maken hebben met pesticiden. Uit een Deens onderzoek bleek dat tussen 1938 en 1990 de mannelijke vruchtbaarheid met de helft is afgenomen. De vermeende boosdoeners zijn chemicaliën die het vrouwelijke hormoon oestradiol nabootsen en de hormoonhuishouding verstoren. Deze zogenaamde pseudo-oestrogenen zijn onder meer te vinden in de bestrijdingsmiddelen te vinden linaan en DDT. Sommige van deze stoffen zijn al (lang) verboden in Nederland, andere niet. Pseudo-oestrogenen meeste zijn niet of slecht afbreekbaar en blijven dus erg lang in het milieu aanwezig. Via water en voedsel krijgen we ze in onbekende hoeveelheden naar binnen. De schade die nu wordt veroorzaakt, kennen we pas een generatie later. Dat maakt het lastig om een oorzakelijk verband hard te maken.

Sceptici zeggen dat de dalende vruchtbaarheid kan liggen aan een voedingspatroon, een verkeerde leefstijl of aan de bevolkingsdichtheid. Een dergelijk natuurlijk regelmechanisme zou invloed hebben op de vruchtbaarheid. In dunbe-

volkte landen als Australië, Zuid-Afrika en Zweden hebben ze echter ook slecht sperma aangetroffen. P. de Veer, schrijver van het boek met de weinig vrolijke titel 'We eten ons ziek', denkt zelfs dat pesticiden naast onvruchtbaarheid, een toename van het aantal miskramen en misvormingen veroorzaakt.

Opmerkelijk is dat volgens sommige onderzoeken dieren die biologische voeding te eten krijgen, vruchtbaarder worden. Bij een test met ratten bleken de vrouwelijke dieren meer jongen voort te brengen. Ze waren minder vaak ziek en de moederdieren herstelden sneller na de worp dan de andere groep.

Risico

Behalve met het mysterie van de dalende vruchtbaarheid worden pesticiden ook met andere problemen in verband gebracht. De Veer is van mening dat ze een stijging veroorzaken van het aantal anti-immuun ziekten, zoals MS, ME, Alzheimer en allerlei allergieën. Een Amerikaans onderzoek stelt pesticiden ten dele verantwoordelijk voor een aantal gevallen van borstkanker. Voedingsvoorlichtster Rijpkema vermoedt dat de antibiotica die landbouwhuisdieren krijgen toegediend, een oorzaak kunnen zijn van het groeiende aantal mensen met een koemelkallergie. Antibioticum wordt toegediend om de doorlaatbaarheid van de darmwand te vergroten, zodat ze meer voedingsstoffen opnemen en sneller groeien. Mensen met een koemelkallergie danken hun problemen wellicht aan hetzelfde fenomeen.

Met blootstelling aan combinaties van bestrijdingsmiddelen wordt geen rekening gehouden. Restanten van verschillende pesticiden komen vaak gecombineerd voor in het milieu en soms in voedsel. Wellicht pakt de giftigheid van zo'n combinatie hoger uit dan een simpele optelsom van de giftigheid van de afzonderlijke middelen. Toxicoloog prof. dr. Nico Vermeulen van de Vrije Universiteit Amsterdam is van mening dat de giftigheid van synthetische stoffen zwaar wordt overschat en die van natuurlijke wordt onderschat. 'Chemische stoffen zijn veel beter onderzocht dan natuurlijke. Nieuwe bestrijdingsmiddelen worden getest op gezondheidseffecten bij de mens, het gevolg voor het ecologische systeem en de duur van de werkzaamheid.' De aanwezigheid van een bepaald gif maakt volgens Vermeulen nauwelijks uit, zolang de hoeveelheid maar onder de norm blijft. Dan krijg je als mens echt niet teveel gif binnen. 'Het verschil tussen biologisch en ander voedsel is in Nederland, waar alles goed gecontroleerd wordt, marginaal en van generlei belang', meent hij.

Risico's voor de volksgezondheid worden bepaald met de zogenaamde ADI, de *Acceptable Daily Intake*, de maximale hoeveelheid bestrij-

dingsmiddelen die een mens dagelijks binnen mag krijgen. Daarbij wordt een volwassene van zestig kilo als uitgangspunt genomen. Kinderen krijgen dus relatief hoge doses gif binnen. De ADI wordt echter nogal eens overschreden, zo meldt de Rijksuniversiteit Groningen. In ongeveer 42 procent van geteste monsters van landbouwproducten zijn resten bestrijdingsmiddelen gevonden.

Vegetariërs blijken minder onnatuurlijke stoffen binnen te krijgen. Tenminste negentig tot negennegentig procent van alle residuen van verdelingsmiddelen en andere giftige chemicaliën zijn afkomstig van vlees, vis en zuivel. Slechts tien procent van de bestrijdingsmiddelen die in de Verenigde Staten worden geconsumeerd zijn

afkomstig van landbouwproducten. Dit komt doordat dieren het einde van de voedselketen vormen. Door het eten van grote hoeveelheden vervuild voedsel krijgen ze hoge concentraties rommel in hun lijf. Marion Bloem van Milieudefensie meent: 'Het gezondheidseffect van bestrijdingsmiddelen is niet keihard te maken. Er zijn wel aanwijzingen. Dus waarom risico lopen als het niet nodig is?'

Overtreding

Wie zich niet vanwege het gezondheidsaspect voelt aangetrokken tot het nuttigen van biologische maaltijden, kan het in ieder geval wel doen voor het milieu. Dat bio-voeding beter is voor het milieu, staat namelijk vast. De biologische

*De hoge prijs is
voor veel
Nederlanders een
barrière*

Smaken verschillen

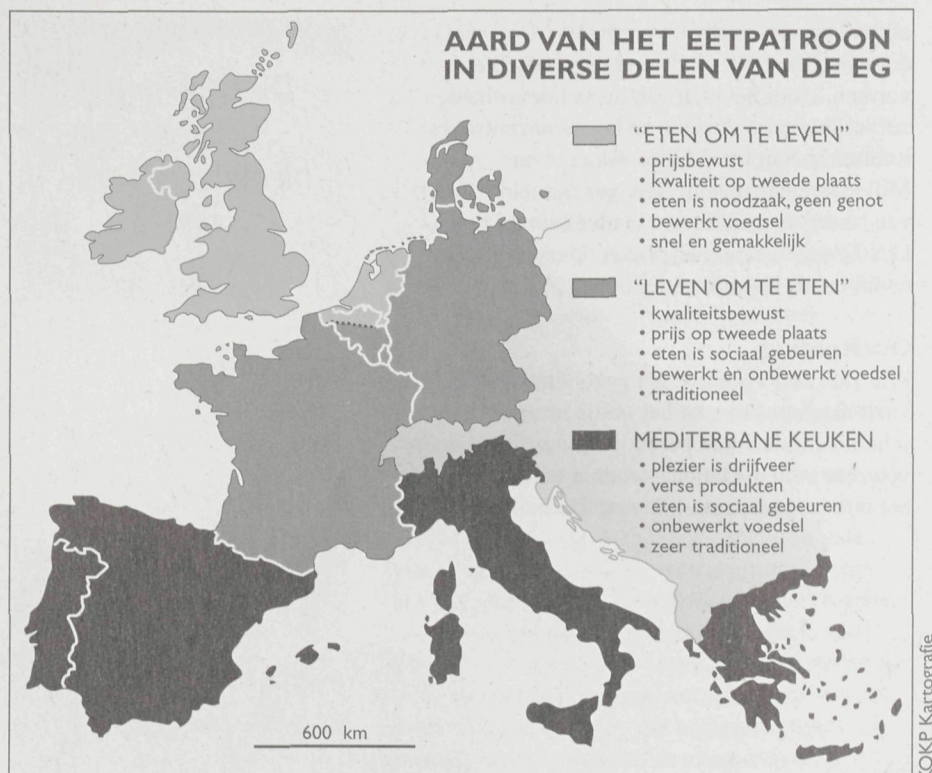
Meningen over de smaak van biologische producten lopen nogal uiteen. Europese topkoks noemen de smaak van biologisch voedsel subliem. In Nederland bestaat de Vereniging van Koks werkend met Biologische Produkten, die biologisch eten promoot. Voorzitter Wim van Wouw denkt dat onze smaak aan het vervlakken is. 'Oude mensen zeggen dat biologische producten naar vroeger smaken, terwijl jongeren ze vaak niet lekker vinden, omdat ze anders gewend zijn.' Biologische boeren werken meestal met rassen die voornamelijk op smaak zijn geselecteerd, in plaats van op uiterlijk en grootte. De ironie wil dat de zoete bio-abrikoos door sommigen wordt ervaren als kunstmatig van smaak. Van Wouw: 'Biologische producten hebben meer aroma, dat ruikt je direct als je iets aansnijdt.' In principe een pluspunt voor biologisch, want negentig procent van onze smaak wordt bepaald door onze geur. Slechts tien procent proeven we met onze mond. Konijnen, die bekend staan om hun verfijnde reuk- en smaakzin, eten als ze de keus hebben biologische voedsel en zo min mogelijk uit de gangbare pot.

Bewerkte biologische producten worden meestal niet zo positief beoordeeld. In een testrubriek van de Volkskrant kregen potjes uit de natuurvoedingswinkel bijna altijd een onvoldoende. Een boze brievenschrijver vond echter dat 'bespoten appels niet met biologische peren vergeleken mogen worden'.

Volgens A. Cramwinckel van het Centrum voor Smaakonderzoek zit smaak vooral tussen je oren. 'Of je graag iets eet, heeft vooral te maken met de associaties die je bij een voedingsmiddel hebt; die krijg je door allerlei ervaringen in je leven.' Dus als je van een lieve oma altijd verrukkelijke appeltaart krijgt, is de kans groot dat je zulk gebak lekker zal vinden.

Hoewel een onderzoek van de Nederlandse Vereniging van Huisvrouwen aangeeft dat mensen gezonde voeding belangrijk vinden, blijkt daar bij het aankoopgedrag bitter weinig van. Rationele en emotionele keuzes wisselen elkaar meestal af. Volkoren brood vanwege de gezondheid en een chocolade reep voor de lekkere smaak. Cramwinckel: 'Smaak is net zo complex als de mens zelf.'

AARD VAN HET EETPATROON IN DIVERSE DELEN VAN DE EG



sector gebruikt geen kunstmest, dat veel energie kost om te produceren en vervolgens voor enorm veel vervuiling zorgt, zoals cadmium in rivierbodems. Bestrijdingsmiddelen blijven op biologische akkers achterwege, terwijl de gangbare landbouw worstelt met de overschakeling naar milieuvriendelijkere werkwijzen. Het Meerjarenplan Gewasbescherming heeft vijf jaar na dato bijna niets opgeleverd. Het aantal kilo's gebruikte grondontsmettingsmiddelen daalde opzienbarend, maar werd vervangen door een ander, geconcentreerder gif. De hoeveelheid gebruikte schimmelbestrijdingsmiddelen en insecticiden verminderde niet. De twee laatste richten de meeste schade aan in het oppervlaktewater. Zomerkoninkje aardbei werd deze zomer ontroond - op meer dan de helft vond de Keuringsdienst van Waren restjes bestrijdingsmiddel. Saillant detail: aardbeien waarop gif zit, worden toch verkocht. De Keuringsdienst geeft het resultaat van een test pas na een week, wanneer de aardbeien de maag van de klant al gepasseerd zijn. Andere giftoppers zijn andijvie, bleekselderij, spinazie, peterselie, bijzondere sla-soorten, sommige appelfrassen en champignons. Skal-medewerker Leen Janmaat controleert biologisch geteelde producten. 'Laatst was ik bij een bedrijf waar op het veld spuitsporen te zien waren en ging ik met mijn monsternametekoffertje het veld in. Ik kon nergens meer tweezaadlobbige onkruiden op de tarwe ontdekken. Dan is het voor mij geen vraag maar een weet en ga ik naar de boer om te informeren wat hij heeft gespoten. Worden mijn bevindingen aangetoond, dan hanteer ik zo'n veld als een gangbaar veld

met gangbaar graan. De boer in kwestie moet twee jaar wachten voordat hij weer biologisch graan mag leveren.' Spuiten is voor Skal een van de ergste overtredingen.

Onderzoek op het effect van zure regen op biogroenten is duur en valt buiten de begroting. 'Als het gewenst is dat biologische gewassen minder verontreiniging moeten bevatten dan gangbare, moet de overheid daarvoor normen opstellen', pareert Janmaat. Overigens zal niemand beweren dat biologisch voedsel altijd vrij is van restjes bestrijdingsmiddel. Sommige resten zitten nu eenmaal in het milieu. Een biologisch bedrijf kan evenmin voorkomen dat de buurman de spuit wel hanteert. In Duitsland wordt wel beweerd dat Nederland te vies is om echte biologische producten te kunnen verbouwen.

Voedselvrekken

De hoge prijs is voor veel Nederlanders een barrière; in vergelijking met andere Europese landen zijn de Nederlanders echte voedselvrekken. De gemiddelde Nederlander eet om te leven en de meeste andere Europeanen leven om te eten.

Nederlanders zouden zich meer bekommeren om de prijs dan de kwaliteit van hun voedsel. De hoge prijs is deels te wijten aan het kleinschalige distributieweb in de biologische sector.

Biologische-zuivelboer Huug Hagoort uit Ottoland stelt ferm: 'De biologische handel gaat ten onder aan de tussenschakel: eerst het verdeelcentrum, dan een tussenhandelaar die ook weer een extra marge krijgt, dan de winkel. Willen we biologische voeding echt verkopen, dan moet we naar andere afzetkanalen zoeken.'

Prijs is een relatief begrip. De Kleine Aarde rekende eens uit dat een vegetarische biologische maaltijd maar vier cent duurder is dan een gangbare met vlees. Wie de natuurvoedingswinkel instapt om tussendoortjes en snacks te kopen, zal zeker duurder uit zijn.

Waar vaak over wordt gezwegen, is prijsopdriving in de biologische sector. Het kan gebeuren dat een fles geitemelk op de markt eenderde kost van de prijs in de winkel. Dion Heerkens van Biologica maakt wel eens voorbeelden mee: 'Je weet dat er een redelijke aanbod is, en toch is de prijs navenant hoog.' Het is niet anders dan in de gangbare wereld, voegt hij er aan toe. 'En misschien wel noodgedwongen. Een winkel kan een klein klantenbestand hebben,' Heerkens vindt toch dat de verhouding tussen prijs en kwaliteit soms ver is te zoeken. Hij vindt dat de milieukosten verrekend moeten worden in de productprijs. Zo'n eco-tax zou de prijs van het biologische product aantrekkelijker kunnen maken. De rijke westerse consument draait nu niet op voor wereldwijde milieuvervuiling die door onze industrie en landbouw wordt aangericht.

Ecocrypto

Geen Ecocrypto deze keer! De maker, cryptoloog Lowie van Erk, houdt er wegens gezondheidsproblemen mee op. Met zijn laatste crypto, die van vorige keer dus, pakte hij nog één keer flink uit. Nog nooit viel er zo'n dikke stapel inzendingen met meest goede oplossingen in postbus 151. En dat terwijl er een foutje in geslopen was! De letter I in de hoek van het vierde vakje van 18 horizontaal moest natuurlijk een D zijn. Toch vonden de meeste puzzelaars: 'Klein is mooi genoeg'.

Lokale Agenda 21, ook in uw gemeente?

In 1995 gingen 143 gemeenten van start met het maken van een Lokale Agenda 21, een soort leidraad voor milieu en ontwikkeling. Inmiddels hebben 22 andere gemeenten besloten om aan een eigen Agenda 21 te gaan werken. Er lijkt in Nederland een proces op gang te komen in de richting van duurzame dorpen en eco-steden.

'Lokale Agenda 21' komt voort uit de Aarde-top in Rio de Janeiro in 1992, waar het document 'Agenda 21' door 181 regeringen werd ondertekend. In die agenda kregen gemeenten de grote rol toebedeeld om op lokaal niveau duurzame leefstijlen te realiseren, met een positief effect op de rest van de wereld. Elke plaatselijke agenda moest een totaalplan zijn van actiegroepen, organisaties, bedrijven en overheidsinstellingen, die streven naar een duurzame gemeente.

Oplossing

Hor. 1 komkommer; 5 gekko; 9 opgaan; 10 noodgang; 11 extra; 12 solo; 15 nietje; 16 lokvogel; 18 optillen; 20 fataal; 22 rots; 25 klets; 27 racebaan; 28 boxtel; 29 opera; 30 verkonden.

Ver. 1 kloppen; 2 mega; 3 minstree; 4 eenmaal; 6 engel; 7 ongeval; 8 doos; 13 omgaan; 14 sector; 17 kofferbak; 18 otterlo; 19 nakende; 21 lokalen; 23 oneer; 24 stal; 26 stad.

Winnaars van het laatste Ecocryptogram, in het zomernummer (nr. 97): Annette ter Welle-Smeets, Amstelveen (hoofdprijs), W. van Offeren, Bostel (troostprijs), A.M. van Driel, Middelburg (troostprijs).

In Nederland zijn projecten van start gegaan in 165 gemeenten. Het streven van de landelijke Stuurgroep Lokale Agenda 21, onderdeel van de Nationale Commissie voor Duurzame Ontwikkeling (NCDO) in Amsterdam, hoopt dat aan het begin van de komende eeuw alle gemeenten met een Lokale Agenda zullen werken.

Oproep

Donateurs en andere lezers van De Kleine Aarde kunnen meedoen met Lokale Agenda 21. Benader uw gemeentebestuur met ideeën, kennis of ervaring. Hieronder staan de gemeenten die actief zijn met Lokale Agenda 21. Gemeenten die ontbreken zijn door inwoners aanspreekbaar. Waarom gebeurt er niks? Wordt er alsnog werk van gemaakt? Bij de Stuurgroep is informatie beschikbaar om gemeenten verder te stimuleren.

LA21-gemeenten in Nederland: Aalsmeer, Abcoude, Amersfoort, Amstelveen, Ambt Montfoort, Appingedam, Baarn, Beetsterzwaag, Bedum, Bennebroek, Bergen op Zoom, Bergeijk, Bilthoven, Blaricum, Bolsward, Boskoop, Boxmeer, Bostel, Breda, Breukelen, Bunschoten-Spakenburg, Chaam, Cuijk, Dalfsen, Delfzijl, Den Bosch, Den Haag, Deurne, Diemen, Diessen, Doetinchem, Dongen, Dokkum, Driebergen-Rijsenburg, Driesum, Eemnes, Echt, Ede, Eindhoven, Enschede, Etten-Leur, Franeker, Fijnaart, Gemert, Gorssel, Gramsbergen, Grave, Groningen, Grootegast, Gouda, Gulpen, Haarlem, Haelen, Halfweg, Hardenberg, Haren, Harmelen, Heel, Heemstede, Hellevoetsluis, Hengelo, Herkenbosch, Herveld, Heythuysen, Hippolytushoef, Hoorn, Joure, Klundert, Krimpen aan den IJssel, Leek, Leens, Leeuwarden, Leiden, Leiderdorp, Leidschendam, Lekkerkerk, Liempde, Lochem, Loenen aan de Vecht, Loon op Zand, Lopik, Loppersum, Maarn, Maarssen, Maartensdijk, Maasdonk, Maassluis, Maastricht, Malden, Margraten, Markelo, Mechelen, Menaldumadeel, Middenbeemster, Monster, Moordrecht, Mijdrecht, Nieuwegein, Nieuwe Niedorp, Oegstgeest, Oisterwijk, Olst, Oosterhesselen, Oosterhout, Oost-Stellingwerf, Oss, Ouderkerk aan de Amstel, Oud en Nieuw Vossemeer, Overveen, Purmerend, Ravenstein, Ridderkerk, Roelofarendsveen, Roermond, Roggel en Neer, Roosendaal, Rotterdam, Ruinen, Ruurlo, Schagen, Schalkhaar, Schiedam, Schiermonnikoog, Schoonhoven, 's-Gravendeel, Sneek, Soest, Steenberg, Stramproy, Susteren, Swalmen, Ten Boer, Teteringen, Thorn, Tilburg, Uithoorn, Urk, Utrecht, Vaals, Valkenswaard, Veenendaal, Veldhoven, Velsen, Vlaardingen, Vledder, Voorburg, Voorschoten, Vorden, Vught, Waddinxveen, Wageningen, Wehl, West-Stellingwerf, Wieringerwerf, Winsum, Winterswijk, Woerden, Woudenberg, IJmuiden, IJsselstein, Zandvoort, Zeist, Zoetermeer, Zoeterwoude, Zutphen, Zwijndrecht.

Stuurgroep LA 21, Postbus 18184, 1001 ZB Amsterdam, 020-5503555.

Houten vloer

Een onderzoek van bureau Trendbox naar de relatie tussen vloerbedekking en politieke voorkeur heeft veel informatie opgeleverd over de lezer van dit blad. Zo kan ik bijvoorbeeld met enige zekerheid stellen dat deze ook een abonnement heeft op Ariadne, Vrij Nederland of Eigen Huis, zo niet van plan is om dit te nemen.

Nu is dat niet zo opzienbarend. Over wat de lezer van dit blad verder nog leest, wist ik al het een en ander. (Het favoriete dagblad is Trouw!).

Nieuw voor mij zijn een paar andere feiten. De lezer van dit blad heeft thuis een houten vloer. Hij of zij stemt vaak op de PvdA, is veranderingsgezind (en daarom voorstander van het homo-huwelijk), vindt vrije tijd belangrijker dan inkomen en geeft relatief veel geld uit aan kleding.

Checken kan ik dit allemaal niet. Wel zag ik tijdens de laatste open dag van De Kleine Aarde mensen lopen in precies dezelfde kleding als vorig jaar, dus helemaal vertrouwen doe ik dat onderzoek van Trendbox niet.

Toch levert het aardig wat feiten op om via een intelligente marketing-mix aan donateurswerving te doen. De redactie van dit blad heeft me al gevraagd om deze werving op me te nemen. Dus, klopt het onderzoek van Trendbox? Laat het me weten! Stuur een briefkaart naar Kraker, postbus 151, 5280 AD Bostel. Graag zou ik ook adressen willen ontvangen van familieleden, vrienden en bekenden met een houten vloer of een abonnement op Vrij Nederland, Ariadne of Eigen Huis. Trouwens, nooit geweten dat laminaat-fans vaak D'66 stemmen en de Playboy in huis hebben of dat tapijthuishoudens Story lezen, een klassiek interieur hebben en op de gezondheid letten.

Kleurrijk en heerlijk: stampot andijvie met goudsbloemblaadjes. Bij Nancy en Ferry Kliphuis gaan bloemen en het snijgroen zo van de vaas in de pan.

MARGIT WARMINK



Nancy en Ferry Kliphuis

Boeket in de soep

Kwekers telen eetbare bloemen

'Wie zou niet smelten voor een viooltje in een ijsblokje?'

Zeven kilometer ligt er tussen trein en tuin, maar het verschil is hemelsbreed. Zodra je de sombere stadse bebouwing van Rotterdam-Noord achter je laat, wacht er een oerhollands polderlandschap. Tot aan de einder is het uitzicht gevuld met landelijk groen, her en der onderbroken door boerderijen, kassen en waterrijke sloten. En door de bloemenpracht op het perceel van Nancy en Ferry Kliphuis, die snijbloemen kweken met het Eko-keurmerk, vrij van bestrijdingsmiddelen en kunstmest. Warm oranje wedijvert er met botergeel, purper en scharlaken-rood. Een scala aan kalmerende groentinten omlijst de wilde orgie van kleuren en vormen, die manshoog tot laag-bij-de-gronds het hele veld bedekken. Een ontdekkingsreis door de

onstuimig bloeiende bloemperken gaat langs eilandjes met in totaal een vijftigtal bloemsoorten, van de donkere, paarsrode Rudbecki tot zongele teunisbloemen en roomwitte pluimen valeriaan.

Gekke tuin

Het frêle paars-geel-wit van het Driekleurig viooltje is verspreid over het hele perceel te vinden. Toch is dat geen snijbloem. Ferry, die in een oude broek met opgezette kniestukken tussen de nog helemaal groene herfstasters staat, vertelt: 'We laten eigenlijk alles groeien. Alleen woekeraars zoals akkerdistels trekken we uit de grond. We zien wel wat er op komt. In het voorjaar frezen we een keer. Zo zijn we ook begonnen, drie jaar geleden. In een jaar tijd werden we allebei werkloos. Na een proefpe-

riode van drie jaar hebben we besloten verder te gaan. We gaan zelfs uitbreiden van 4000 vierkante meter naar 5000 vierkante meter'

Nancy en Ferry hebben in die eerste jaren vooral uitgevloodt welke soorten bloemen zich thuis voelen in hun tuin. Ze verzamelden zaden en stekjes van meerjarige planten en probeerden die uit in 'de gekke tuin', een perkje waar ruimte is voor toeloos experimenteren. Nancy: 'Zo is de korenbloem afgefallen. Die had het hier duidelijk niet naar zijn zin. Het bleef een klein zielig plantje. We zoeken nog steeds verder en proberen manieren te vinden waarop we een plant kunnen gebruiken.'

Alarmbel

De kwekers gebruiken niet alleen de bloem van de plant. Ook na de bloei kunnen het groen en de zaaddozen, waarin de zaden rijpen, door hun vorm en kleur heel interessant zijn in een boeket. Ze eten bloemen, maken zelf thee van bladeren. 'Wil je een viooltje proeven?' vraagt Nancy. Ze

plukt een kakelvers exemplaar uit de tuin. De veelkleurigheid van de Viola Tricolor doet een alarmbelletje rinkelen. Is het niet zo dat bonte kleuren waarschuwen voor gif en een bittere smaak? De stelligheid waarmee Nancy een bloempje aanbiedt, wint het echter van de achterdocht. Gelukkig maar, want de tere blaadjes smaken licht zoetig met een vleugje bergamot. Vooral de frisse nasmaak is een aangename verrassing. Nancy: 'Bij een salade smaken ze heerlijk. Het ziet er ook nog mooi uit. Ik heb eens gelezen dat wanneer we meer bloemen zouden eten, de mensen liever zouden zijn. Wil je de bloem van de Oostindische kers proeven? Die smaakt een beetje naar tuinkers en radijs.' De smaak is inderdaad vrij scherp, maar wordt iets getemperd door de honing die onder de bloem in een uitstulpinkje is opgeslagen.

Weinig experimenteel

Gaan ze naar de veiling met eetbare bloemen? Nancy: 'Dat hebben we nog niet geprobeerd, geen tijd, maar het lijkt mij fantastisch om eetbare bloemen te verbouwen. Het is zo interessant wat je allemaal met bloemen kunt doen. Ik lees er alles over. Er is helaas geen markt voor in Nederland, denk ik. Ik heb weleens boeketten geleverd aan natuurvoedingswinkels. Na een week kunnen de bloemen zo de soep in. Maar

mensen weten vaak niet wat je met de verschillende bladeren en bloemen kunt doen. Nederlanders zijn wat dat betreft weinig experimenteel. Dat was dan ook geen succes.'

Toch heeft dat geen domper op de creativiteit gezet. Het kwekersechtpaar blijft proberen en niet alleen op het culinaire vlak. Ferry: 'Wist je dat de gedroogde stengels van knoflook heel decoratief bij elkaar kunnen worden gebonden? En dat sieraden zoveel beter tot hun recht komen wanneer ze aan de vertakte stengels van zonnebloemen hangen, waar het blad tussenuit is gesneden? Ik liep met zo'n hoofd over de veiling, een bosje van die takken onder mijn arm. Maar ze gingen weg voor f4,50!' Nancy moet er nog om lachen: 'En wilde grassoorten. Iemand wilde ze als snijgroen. Voor f1,50 per bosje!' Achteraan op het veld trekt een plant met een lange, dikke stengel en een prachtige bos roze-gele zaadjes de aandacht. 'Die gaat waarschijnlijk in een exclusief bloemstuk voor een restaurant', peinst Nancy. 'Doorgesloten rabarber. Mooi hè?'

**Nancy en Ferry Kliphuis,
Minstrelstraat 49, 3051 PJ Rotterdam,
010-4225372.**

Tips van Kliphuis

Met bloemen krijgen salades een prachtig kleurenpalet. Bloemen zorgen bovendien voor de emancipatie van de smaakpapillen. Ze zijn nog gezond ook. Wel onbespoten bloemen gebruiken! Kliphuis, kweker van eetbare, biologische bloemen, geeft tips.

Bloemen zijn te verwerken in (koude) soepen, omeletten, door de rijst en in stampotten, in kruidenboter, bij toetjes, in gelei, op de boterham, in puddingen, jam en drankjes. En wie zou niet smelten voor een viooltje in een ijsblokje? Oostindische kers, gevuld met zachte kaas, is een heerlijk hapje! Kruidige bloemen smaken prima in azijn. Lekkerere soorten in salades:

Oostindische kers, bosviooltjes (*Viola tricolor*), vlierbloemen, goudsbloem, ganzenbloem, paardebloem, madeliefjes, chrysanten, ééndags-lolie (*Hemerocallis purantica*), courgettebloem, pompoenbloem, yucca bloem (*Yucca aloifolia*), Franse geranium (*Pelargonium grandiflora*), gladiolen zonder meeldraden, komkommerkruid (*Borage*), dille, venkel, tijm, hyssop, salie en lavendel. Het aantal soorten en blaadjes beperkt je natuurlijk tot eigen smaak.

Kleurrijk en heerlijk: stampot andijvie met goudsbloemblaadjes. Bij Nancy en Ferry Kliphuis gaan bloemen en het snijgroen zo van de vaas in de pan.

MARGIT WARMINK



Boeket in de soep

Kwekers telen eetbare bloemen

'Wie zou niet smelten voor een viooltje in een ijsblokje?'

Zeven kilometer ligt er tussen trein en tuin, maar het verschil is hemelsbreed. Zodra je de sombere stadse bebouwing van Rotterdam-Noord achter je laat, wacht er een oerhollands polderlandschap. Tot aan de einder is het uitzicht gevuld met landelijk groen, her en der onderbroken door boerderijen, kassen en waterrijke sloten. En door de bloemenpracht op het perceel van Nancy en Ferry Kliphuis, die snijbloemen kweken met het Eko-keurmerk, vrij van bestrijdingsmiddelen en kunstmest.

Warm oranje wedijvert er met botergeel, purper en scharlaken-rood. Een scala aan kalmerende groentinten omlijst de wilde orgie van kleuren en vormen, die manshoog tot laag-bij-de-gronds het hele veld bedekken. Een ontdekkingsreis door de

onstuimig bloeiende bloemperken gaat langs eilandjes met in totaal een vijftigtal bloemsoorten, van de donkere, paarsrode Rudbecki tot zongele teunisbloemen en roomwitte pluimen valeriaan.

Gekke tuin

Het frêle paars-geel-wit van het Driekleurig viooltje is verspreid over het hele perceel te vinden. Toch is dat geen snijbloem. Ferry, die in een oude broek met opgezette kniestukken tussen de nog helemaal groene herfstasters staat, vertelt: 'We laten eigenlijk alles groeien. Alleen weekeraars zoals akkerdistels trekken we uit de grond. We zien wel wat er op komt. In het voorjaar frezen we een keer. Zo zijn we ook begonnen, drie jaar geleden. In een jaar tijd werden we allebei werkloos. Na een proefpe-



FOTO: TREES BORKES

Nancy en Ferry Kliphuis

riode van drie jaar hebben we besloten verder te gaan. We gaan zelfs uitbreiden van 4000 vierkante meter naar 5000 vierkante meter'

Nancy en Ferry hebben in die eerste jaren vooral uitgevlooid welke soorten bloemen zich thuis voelen in hun tuin. Ze verzamelden zaden en stekjes van meerjarige planten en probeerden die uit in 'de gekke tuin', een perkje waar ruimte is voor toelooos experimenteren. Nancy: 'Zo is de korenbloem afgevallen. Die had het hier duidelijk niet naar zijn zin. Het bleef een klein zielig plantje. We zoeken nog steeds verder en proberen manieren te vinden waarop we een plant kunnen gebruiken.'

Alarmbel

De kwekers gebruiken niet alleen de bloem van de plant. Ook na de bloei kunnen het groen en de zaaddozen, waarin de zaden rijpen, door hun vorm en kleur heel interessant zijn in een boeket. Ze eten bloemen, maken zelf thee van bladeren. 'Wil je een viooltje proeven?' vraagt Nancy. Ze

plukt een kakelvers exemplaar uit de tuin. De veelkleurigheid van de Viola Tricolor doet een alarmbelletje rinkelen. Is het niet zo dat bonte kleuren waarschuwen voor gif en een bittere smaak? De stelligheid waarmee Nancy een bloempje aanbiedt, wint het echter van de achterdocht. Gelukkig maar, want de tere blaadjes smaken licht zoetig met een vleugje bergamot. Vooral de frisse nasmaak is een aangename verrassing.

Nancy: 'Bij een salade smaken ze heerlijk. Het ziet er ook nog mooi uit. Ik heb eens gelezen dat wanneer we meer bloemen zouden eten, de mensen liever zouden zijn. Wil je de bloem van de Oostindische kers proeven? Die smaakt een beetje naar tuinkers en radijs.' De smaak is inderdaad vrij scherp, maar wordt iets getemperd door de honing die onder de bloem in een uitstulpinkje is opgeslagen.

Weinig experimenteel

Gaan ze naar de veiling met eetbare bloemen? Nancy: 'Dat hebben we nog niet geprobeerd, geen tijd, maar het lijkt mij fantastisch om eetbare bloemen te verbouwen. Het is zo interessant wat je allemaal met bloemen kunt doen. Ik lees er alles over. Er is helaas geen markt voor in Nederland, denk ik. Ik heb weleens boeketten geleverd aan natuurvoedingswinkels. Na een week kunnen de bloemen zo de soep in. Maar

mensen weten vaak niet wat je met de verschillende bladeren en bloemen kunt doen. Nederlanders zijn wat dat betreft weinig experimenteel. Dat was dan ook geen succes.'

Toch heeft dat geen domper op de creativiteit gezet. Het kwekersechtpaar blijft proberen en niet alleen op het culinaire vlak. Ferry: 'Wist je dat de gedroogde stengels van knoflook heel decoratief bij elkaar kunnen worden gebonden? En dat sieraden zoveel beter tot hun recht komen wanneer ze aan de vertakte stengels van zonnebloemen hangen, waar het blad tussenuit is gesneden? Ik liep met zo'n hoofd over de veiling, een bosje van die takken onder mijn arm. Maar ze gingen weg voor f4,50!' Nancy moet er nog om lachen: 'En wilde grassoorten. Iemand wilde ze als snijgroen. Voor f1,50 per bosje!' Achteraan op het veld trekt een plant met een lange, dikke stengel en een prachtige bos roze-gele zaadjes de aandacht. 'Die gaat waarschijnlijk in een exclusief bloemstuk voor een restaurant', peinst Nancy. 'Doorgeschoten rabarber. Mooi hè?'

Nancy en Ferry Kliphuis,
Minstrelstraat 49, 3051 PJ Rotterdam,
010-4225372.

Tips van Kliphuis

Met bloemen krijgen salades een prachtig kleurenpalet. Bloemen zorgen bovendien voor de emancipatie van de smaakpapillen. Ze zijn nog gezond ook. Wel onbespoten bloemen gebruiken! Kliphuis, kweker van eetbare, biologische bloemen, geeft tips.

Bloemen zijn te verwerken in (koude) soepen, omeletten, door de rijst en in stampotten, in kruidenboter, bij toetjes, in gelei, op de boterham, in puddingen, jam en drankjes. En wie zou niet smelten voor een viooltje in een ijsblokje?

Oostindische kers, gevuld met zachte kaas, is een heerlijk hapje! Kruidige bloemen smaken prima in azijn. Lekkere soorten in salades:

Oostindische kers, bosviooltjes (*Viola tricolor*), vlierbloemen, goudsbloem, ganzenbloem, paardebloem, madeliefjes, chrysanten, ééndags-lilie (*Hemerocallis purantia*), courgettebloem, pompoenbloem, yucca bloem (*Yucca aloifolia*), Franse geranium (*Pelargonium grandiflora*), gladiolen zonder meeldraden, komkommerkruid (*Borage*), dille, venkel, tijm, hyssop, salie en lavendel. Het aantal soorten en blaadjes beperk je natuurlijk tot eigen smaak.

Hoe een klein dorp groot kan zijn. In het plaatsje Cinor, aan de zuidvoet van de Karpaten, wordt met hakken, schoffelen en Nederlandse hulp een Roemeense versie van De Kleine Aarde opgekweekt.

MICHEL ROBLES

Roemeense 'Kleine Aarde' in de kinderschoenen

Een roestig regenwater-reservoir. Vervallen stallen, waar de zwaluwen nestelen. Landerige tieners, die met de hak de kleigrond bewerken. Een paard wacht gelaten in de hitte tot zijn hooiwagen is volgeladen. De bergen trillen als weerspiegeld in een bleekblauw meer.

Koekoeken zingen canon vanaf de telefoonraden in het dal. Een toeschouwer op de heuveltop zou er waarschijnlijk weinig spectaculairs in zien. Toch ontspruit daar, op het verlaten communistische landbouwcollectief van Cinor, Roemenië's eerste biologische demonstratieboerderij annex mi-

lieucentrum. Het project is medegefinancierd door de Europese Unie. EUROS-farm is de fantasieloze naam. Het vijfkop-pige management-team heeft wel gewichtiger zaken aan het hoofd dan spannende namen. Het is geen peuleschil: op verwaarloosde grond en met een schamel



FOTO: BENNO NEELEMAN

kapitaal een modelbedrijf opzetten. Zeker niet in een land waar het milieubeleid de kinderschoenen net heeft aangetrokken. Wie Roemenië met de trein binnensukelt, moet even slikken. Midden in het akkerland staan honderden lekkende ja-knikkers olie uit de grond te pompen. Bij menige stad zie je veelkleurig dampende industrie omzwermd door bruin-beslagen pauperwijken. Volkstuinjes liggen onder verroeste chemie-leidingen. Van de Roemeense rivieren is drieduizend kilometer ecologisch dood. Honderdduizenden hectaren bos zijn verzuurd. Kapitaal voor de schoonmaak ontbreekt. Roemenië is de laatste tien jaar verarmd. Het investeringsklimaat is schraal, ook na de omwenteling van 1989. De ondernemersgeest raakte onder het communisme afgestompt. Heel wat oude garde-figuren zitten nog stevig in het zadel.

Toch zijn er lichtpunten. De grootvervuilers zijn tenminste zichtbaar en dus in principe efficiënt aan te pakken. De kiezers hebben genoeg van de viezigheid en de prille democratie maakt ernst met nieuwe, gedegen milieuregels. Regionale milieudiensten, die het leeuwendeel van de uitvoering verzorgen, leggen noeste ijver aan de dag. Ook de bedrijven zelf werken mee: willen ze economisch opkrabbelen, dan moeten ze immers wel zuinigheid betrachten met energie en grondstoffen.

Minachting

In de bergen werken boeren als vanouds kleinschalig en schoon. Deels uit armoe, deels vanuit hun schat aan volkswijsheid over natuurlijke bemesting en gewasbescherming. De immense communistische collectieven daarentegen hebben jarenlang scheutig met gif en kunstmest gestrooid. De Roemeense vlakten hoorden tot Europa's productiefste streken, maar grond- en drinkwater zijn alom vervuild. Twee jaar geleden kregen zo'n twee miljoen kleine boeren hun genationaliseerde familiegrond terug. Een massale uittocht uit de staatsboerderijen volgde. De overgebleven bedrijven verkeren in ademnood en veel land ligt braak. Het voordeel is dat er minder wordt gespoten. Maar bij het technocratische landbouwministerie in Boekarest heerst minachting voor de nieuwe keuterboertjes. Dat zij schoon werken, wordt niet gewaardeerd. Kleine boeren zijn ook weer niet zaligmakend. De Roemenen willen graag bij de EU horen en dat betekent: produceren voor de markt. De landbouw heeft dus een impuls nodig. De vraag

is: kan dat duurzaam?

Dat vroeg ook de milieu-organisatie TER zich af. TER, *Tineritul Ecologist din România*, Roemeense Ecologische Jeugd, is opgericht in 1991 en momenteel de sterkste landelijke milieugroepering. Het hoofdkantoor in Boekarest telt vijftien vrijwilligers, er zijn zeshonderd actieve leden. 'Om milieusparende landbouw van de grond te krijgen, hadden we een modelbedrijf nodig, waar andere boeren kunnen komen kijken, maar ook onderzoekers, beleidsmakers en het brede publiek', vertelt TER-landbouwcoördinatrice Simona Simion. 'Biologische landbouw is in Roemenië nieuw. We moesten dus iets bedenken, dat ook beslissers en consumenten de ogen opende voor wat ze eten.' In samenwerking met het EU-ontwikkelingsprogramma voor Oost-Europa *Phare* schreef TER een prijsvraag uit onder landbouwkundigen. Het beste bedrijfsplan kwam van een vriendenclub uit Cinor en de naburige stad Frga in de regio Braov. Minister Pronk van Ontwikkelingssamenwerking betaalt mee en EUROS-farm wordt bijgestaan door het Nederlandse adviesbureau Agro/Eco. De boerderij beslaat tien hectare deels gehuurde grond. Laurentiu Fodor (42), ooit herder, heeft

'Dit zootje is weinig indrukwekkend. Maar geloof me, we trekken er hard aan'

vijf jaar gediend op het oude collectief. 'Dit zootje is weinig indrukwekkend', verontschuldigt hij zich, terwijl hij me een blik in de haveloze stallen gunt. 'Maar geloof me, we trekken er hard aan.'

Gezond vlees

EUROS-farm gaat zich voorlopig toeleggen op veeteelt en aardappelen. Fodor: 'Groenteteelt is te riskant. De concurrentie van staatsbedrijven en thuisteelt is groot. Maar aan melk en gezond vlees is enorme behoefte. Na de opknopbeurt komen in deze stal dertig tot veertig koeien te staan. Hiernaast willen we varkens en Breulervleeskippen houden. Zelf ben ik overigens verantwoordelijk voor de aardappelen. Een hele klus, want doordat het tot diep in april gesneeuwd heeft, kunnen we de grond pas laat klaar maken.'

Anna Boboc, die de zorg voor het beperkte tuinbouw-gedeelte op zich heeft genomen, kampt met hetzelfde probleem. Zij en haar

man Florin zijn speciaal voor dit project tijdelijk vanuit de stad naar Florin's ouders in Cinor teruggekeerd. Heftig debatterend tref ik beiden op een morgen aan bij het opmeten van de halve hectare land waar groenbemesters, uien, pastinaak, paprika, aubergine en tomaat moeten komen. Ondertussen helpen andere dorpsbewoners bij het wegschoffelen van het weelderige onkruid.

Voor de afzet gokt de kersverse marketingmanager Petre Oanca allereerst op de markt en op abonnees in Fgra, want vanwege de chemische fabriek daar zijn er veel bezorgde consumenten. 'Daar komt bij, dat het Saksische volksdeel in deze regio door de doorlopende contacten met Duitsland vertrouwd is met natuurvoeding. En als wij die goedkoop kunnen leveren....' Veelbetekenend spreidt hij zijn armen.

Iconen en herdershonden

Ietwat achteraf staat een aardig gebouwtje, dat een 'mini-motel' moet worden voor cursisten en onderzoekers. Misschien dat volgend jaar ook vrijwilligers welkom zijn. Stiekem koesteren de Bobocs het plan, om via EUROS-farm het ecotoerisme rond Cinor een zetje te geven. Mede met Nederlandse hulp komt in Roemenië het agro-ecotoerisme op gang. Cinor zelf ligt vlak bij de machtige Fgra-bergen, doorderd met goed onderhouden wandelpaden. Romeinse opgravingen, middeleeuwse slot-kerken en het orthodoxe klooster Sâmbata de Sus met zijn adembenemende iconen-collectie maken de regio cultureel eveneens de moeite waard.

Cinor zelf heeft zijn vestingkerk. Graffiti uit vroegere eeuwen siert de banken. Ganzen en paarden scharrelen rond de gracht. Roemenië verandert, maar in deze streek doet de tijd het nog even langzaam aan. Mariana en Laurentiu Fodor stoppen me vol Roemeense heerlijkheden. Ik wandel door lentegroene beukenbossen, over windstille heuvels, waar geelgorzen prutten in het hoge gras. Alleen de herdershonden vinden mijn aanwezigheid verdacht. Waar je ook gaat, overal ontmoet je herders met hun schaapskudden. Als perfect getrainde legionairs vormen de honden een beschermende waaier tussen mij en de baas. Maar als hij zijn hand opheft op me te groeten, gaan ze liggen: alles in orde. In de verte luidt de kerkklok, als in een ware pastorale.

Laurentiu Fodor, Cinor, regio Voila, district Braov, Roemenië.



MENSEN EN MOGELIJKHEDEN

Zoekt u mensen om samen iets te gaan doen? Stuur een bericht van maximaal 50 woorden naar Mensen en Mogelijkheden, De Kleine Aarde, Postbus 151, 5280 AD Boxtel. Een gratis service, uitsluitend voor donateurs. Niet voor commerciële berichten. De redactie behoudt zich het recht voor advertenties niet te plaatsen. Stuur uw bericht voor het winternummer voor 1 november in!

Wie wil er **TUINPLANTEN** met mij ruilen? Adri Doelman, Kluisdijk 19, Maasland. Tel. 010-5926076.

Gerard Goossens, in het verleden docent van de cursus "tekenend de aarde verkennen", is **VERHUISD** naar Biggekerksestraat 37, 4371 EW Koudekerke.

Gezin, 7 personen, zoekt **WERK**: metaal (w.b.t.) onderhoud machines, landbouw, vrachtwagenchauffeur, voorkeur biologisch dynamische sector. Woonruimte in Noord-Holland, Friesland of Groningen (lieft langs de kust), Drenthe, Overijssel, Flevopolder of Gelderland (lieft in bosrijke omgeving en nabij Vrije School). Dochter heeft astma (aspecifiek) graag adviezen. Reacties: Fam. Notten-de Waard, Kwartelstraat 33, 3291 VD Strijen.

Ik ben op zoek naar een aantal **WANDELAARS** die bv eenmaal per maand een wandeling (± 25 km.) willen maken, uit te zetten door één van de wandelaars. Heb je zin? Bel: 026-4822373 of schrijf aan: T. Segers, Johannahoeveweg 6, 6874 CD, Wolfheze.

Wandelen in eigen land. Welke aardige **MAN** wil naast mij gaan? Ik ben een vrouw van 66 jaar. Brieven onder. nr. RA 9802 MM.

BED & BREAKFAST op De Kleine Aarde! Rond Boxtel valt genoeg te wandelen en te fietsen met als klapper een overnachting met ontbijt in de nieuwe, ecologisch gebouwde accommodatie van De Kleine Aarde. Prijs: f 37,- pppn. Info 0411-684 921.

Ik zoek een handige en aardige **KLUSSEER** voor enig timmerwerk en eenvoudig electr. werk in mijn huisje in Zuid-Frankrijk. Gratis verblijf in eigen appartement. De reis is voor mijn rekening, evenals de energiekosten. Het aantal werkuren p.w. spreken we af. S.v.p. alleen reageren met goede referenties. Tel. 0314-681924.

Gratis **OVERWINTEREN** in eigen appartement in Zuid-Frankrijk. 1,2 of 3 maanden (wel energiekosten) voor vutters of derg. 1 of 2 personen met eigen vervoer. Tegenprestatie: enkele klusjes, zoals: boodschappen doen, eventueel schilderen van eigen zit-slaapkamer. Goede referenties gewenst. Tel. 0314 681924.

Door ziekte contact verloren met **LYDIA PRINS VAN WIJNGAARDEN**, Fr-Vindrac/Arignac. 81170 Cordes. Wie weet huidige adres of wil oproep aan haar doorgeven? H. Schaaf. Carn. Castletown GEO, Mullingar. Co Westmeath. Ireland.

Groenten kan ik zelf kweken, m'n hout hakken, geiten melken en brood bakken ook, zelfs m'n eigen huis bouwen. Nou zoek ik, maatschappijkritische, creatieve en van 't leven genietende man, een fijne **VRIENDIN** (30-45) om samen, niet luxe-, carrière-, of status gericht, mens- om milieuvriendelijk te leven. Brieven onder nr. RA 9803 MM.

Vrouw, 51 jaar, veelzijdig ontwikkeld, zoekt rustige **WOONPLEK** met tuin/balkon, in woongroep, c.w.-project of zelfst. Tel. 072-5610122.

Gezocht: **WOONGROEP** voor Monique (20), vegetarisch, creatief, spontaan. In omstreken. Tel. 0313-420143, inlichtingen alleen in weekends.

Na een vrij 'sabbat' jaar zoek ik eenvoudige **WOONRUIMTE** bij een ecologisch project, leefgemeenschap of boerderij, het liefst in midden- of oost-nederland. Ik (man, 40 jr.) verdiep me in organisch bouwen en permacultuur. Karel Dumon, C. Springerstraat 16-2, 1073 LJ Amsterdam.

Ik (Bart, 34 j.) woon 13 jaar in Amsterdam en ben het stadsleven en mijn werkloze bestaan meer dan zat. Om te kunnen overleven zoek ik **WERK** in vaste loondienst in biologisch/BD-bedrijf, omgeving midden- of zuid Nederland (geen W-Brabant of Zeeland). Ik ben bereid diverse werkzaamheden te verrichten. Brieven onder nr. RA 9806 MM.

Vergaande lawaaiterreur van buurt(kinderen

dwingt ons weer te verhuizen. We (60+ en 70-, brede belangstelling, zeer actief) zoeken **STEE** (huur evt. deels ruilen voor diensten) waar we ons nuttig kunnen maken. Vrouw: diverse artistieke vaardigheden, kleermaakster; man: elektr., loodg., timmer-, schilder-e.a. techn. werkzaamheden, aanleg/onderh. tuinen, kwekerijervaring. Brieven onder nr. RA 9805 MM.

BED & BREAKFAST op De Kleine Aarde! Rond Boxtel valt genoeg te wandelen en te fietsen met als klapper een overnachting met ontbijt in de nieuwe, ecologisch gebouwde accommodatie van De Kleine Aarde. Prijs: f 37,- pppn. Info 0411-684 921.

Vind jij het boerenleven, dieren, kinderen en de natuur ook belangrijk? Ik, slanke vr. 21 jr. 1.72 lang, MDGO opleiding, ben op zoek naar jou: **MAN** tot 35 jaar, met dezelfde interesses, die samen met mij een manier van leven wil leiden (opbouwen) die berust op

Houtrapport ziet het licht

Begin september is het rapport 'Duurzaam hout- en papiergebruik, een strategie voor Nederland' overhandigd aan minister De Boer van Milieu. In het stuk, dat opgesteld is door de werkgroep Hart voor Hout van Milieudefensie en de Novib, staan de laatste cijfers over het gebruik van niet-duurzaam geproduceerd tropisch hardhout in Nederland. Die cijfers lijken voorlopig gunstig uit te vallen voor het tropisch oerwoud. Het gebruik van tropisch hardhout is door het afsluiten van overeenkomsten tussen de actiegroepen en doe-het-zelf-markten, projectontwikkelaars, woningbouworganisaties en gemeenten sterk gedaald. Vorig jaar november was de import van tropisch hardhout al met 36 procent gedaald. Die daling zet door.

Volgend jaar komen bij Gamma de eerste houtproducten uit duurzaam bos te liggen. Het nieuwe speerpunt in de actie wordt papier. Meer bossen moeten het FSC-keurmerk gaan dragen, wat aangeeft dat het om duurzaam beheerde percelen gaat. Ongeveer 2,4

bovenstaande uitgangspunten. Br. + foto = altijd antw. Brieven onder nr. RA 9804 MM.

Medewerker van De Kleine Aarde (tevens student Biologische Landbouw) zoekt **WOONRUIMTE** voor hem en zijn vriendin. Bel na 18.00: 073-5214018.

Te huur gezocht voor vestiging van een kleinschalig alternatief **ZIEKENHUIS**. Groot pand: ruime villa, landgoed, kasteel of buitenhotel. Rustig gelegen, liefst midden in de natuur, met grote tuin. Minstens 15 kamers. Gelegen in Nederland of Vlaanderen. Dank voor iedere tip. Info: Erik Haezebrouck, 020-6922411.

BODEMVRUCHTBAAARHEIDSONDERZOEK met biologisch advies. Uitgebreid incl. zuurstofvermogen. Vraag een monsternamenpakketje aan Koch Bodemtechniek (v/h CBB) Deventer 0570-654420.

miljoen hectare in de wereld zijn nu met het keurmerk gecertificeerd. In de toekomst moeten ze ook in onze papierbehoefte gaan voorzien. Papier komt nu nog uit andere, niet duurzame bossen.

Mannen reizen meer

De Stichting Fiets! meldt in haar uitgave 'de fiets' dat alle Nederlanders tezamen vorig jaar een afstand aflegden van maar liefst 13,2 miljard kilometer. In totaal reisden we 185,6 miljard kilometer. Gemiddeld is dat elke dag een afstand van 34 kilometer per persoon.

Reizen per fiets doet onder voor reizen per auto. Driekwart van onze verplaatsingen gebeurt op vier wielen. Met dertien procent staat het openbaar vervoer op de tweede plaats. Per fiets leggen we zeven procent van al onze reiskilometers af. Lopen is het minst populair met een schamele drie procent. Opvallend is dat mannen meer reizen dan vrouwen: 41 kilometer per dag tegenover 28 kilometer voor de vrouwen.

Deense Albertslund
in de ban van Lokale
Agenda 21

KIPPEN-COÖPS, 38 AFVAL-FRAC- TIES EN EEN AGENDA-CENTER

Denemarken loopt binnen Europa voorop met biologische landbouw en stads-ecologie. Het is het eerste land ter wereld dat werkt met het begrip milieugebruiksruimte. In en om de hoofdstad zijn tientallen voorbeelden te vinden van energie- en waterbesparing, duurzame nieuwbouw, renovatie en ecologisch natuur- en groenbeheer. Jan Juffermans ging op bezoek in Albertslund.

Albertslund had al een goede reputatie, maar blijkt in de praktijk nog inspirerender. Er zijn al flinke besparingen bereikt in de voorstad van Kopenhagen. Albertslund werkt met doelstellingen vastgesteld in de Lokale Agenda 21: in het jaar 2010 wil men op de berekende milieugebruiksruimte voor CO₂ uitkomen.

Alberslund heeft een mondiale visie ontwikkeld. De praktijk leert dat daarmee lokaal winst te behalen valt. Er is sprake van een positieve spiraal. Ecologische projecten versterken de sociale structuur en veiligheid, wat weer een basis vormt voor nieuwe ecologische veranderingen. De wijk *Hyldeþjaeldet*, zo'n achthonderd inwoners rijk, is het proefgebied voor Albertslund. Er gebeurt bijna te veel om op te noemen. De auto's zijn buiten de woonwijk gehouden. Overal liggen wandel- en fietspaden. Iedereen heeft een compostvat. Het overige organische afval wordt in de wijk gecomposteerd en weer voor bomen en plantsoenen gebruikt. In het eigen kringloopcentrum wordt huishoudelijk afval in 38 fracties verdeeld. Bewoners nemen mee wat van hun gading is. Overtollige kleding, boeken en speel-

Ecostad (10)



FOTO: AD VAN DE SANDE

goed gaan naar het buurtcentrum, waar anderen er gratis iets uit mogen zoeken. De afvalstroom is met veertig procent afgenomen, wat een besparing betekent van 50 duizend gulden per jaar.

Biologische producten

Bij het buurtcentrum zijn gemeenschappelijke werkplaatsen voor fietsreparaties, hout- en metaalbewerking. Jongeren hebben kasten gemaakt, waarin mensen oud papier en glas droog en netjes kwijt kunnen. De kasten hangen buiten, dus er kan op elk moment opgehaald worden. Op een tuinderij van 2,5 hectare teelt men biologische groenten. Ze zijn te koop in het buurtcentrum. Aan de overkant is een buurtrestaurant, waar men twee maal per week voordelig kan eten. Gemiddeld honderd mensen maken er gebruik van. Het wordt volgend jaar een heuse eco-

mena. Dan liggen hier en in andere kantines in Albertslund uitsluitend biologische producten op de borden. Die zijn wat duurder, maar de gemeente legt het verschil bij.

Opmerkelijk zijn de kippen-coöperaties. Op twaalf plaatsen staan tussen de huizen kippenhokken, die door een aantal families samen worden beheerd. Natuurlijk profiteert men van de eieren. Ook gezamenlijk is de tuinkas, waarin biologische groenten en kruiden groeien. Er zijn recentelijk 23 volkstuinen aangelegd en er wordt gewerkt aan een natuurspeeltuin.

Albertslund hield campagnes om energie en water te besparen. Alle buitenlampen in de wijk zijn van spaarlampen voorzien. Alleen al op die manier bespaart men 20 duizend gulden per jaar. Er is veertig procent water bespaard, goed voor 35 duizend gulden per jaar. De duurzame activiteiten leiden dus tot aanzienlijke besparingen, zowel voor de gemeente en haar bewoners als voor de mondiale samenleving.

Agenda-Centrum

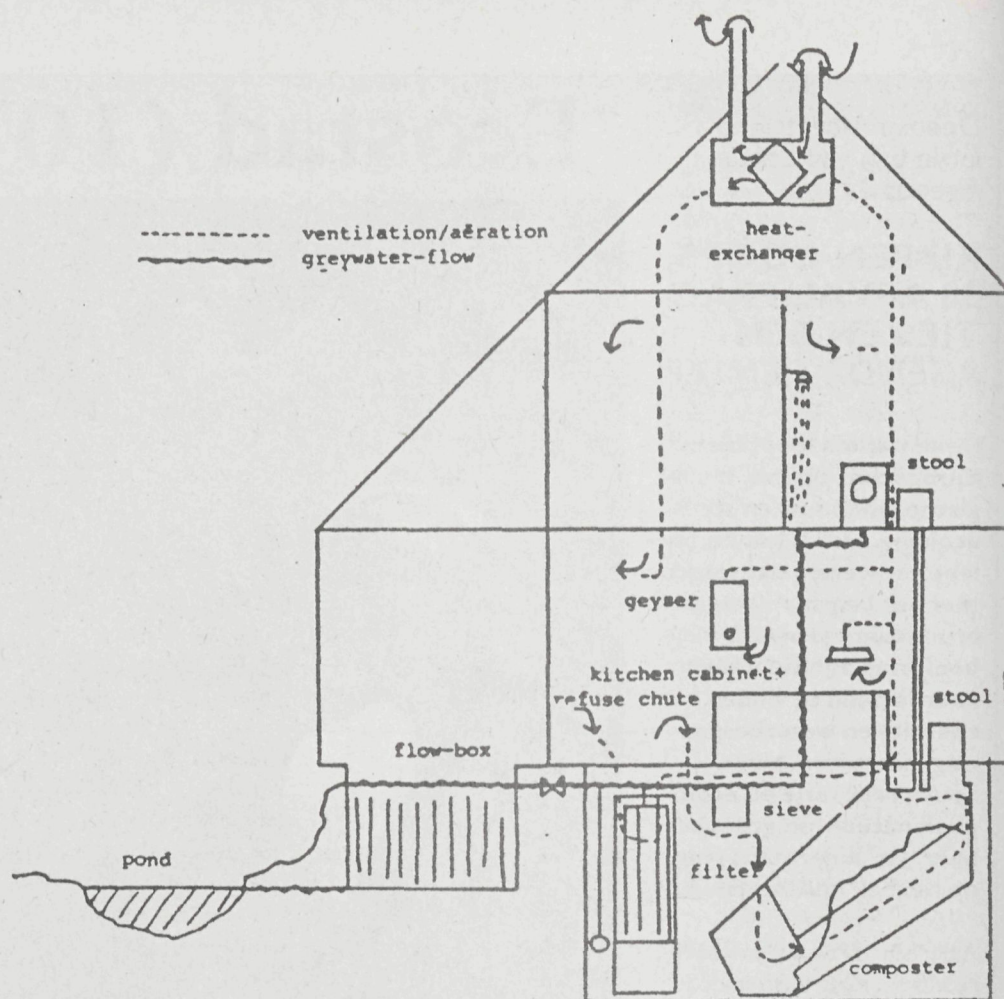
Door de activiteiten in

Hyldeþjaeldet is de belangstelling uit andere wijken groeiende. Er komt steeds meer van de grond in de omgeving van Kopenhagen. En dat is precies wat men wil. Begin dit jaar is een Agenda-Center geopend. De mensen die er werken komen door de toeloop nauwelijks toe aan het maken van eigen plannen. Hier is het dynamische proces zichtbaar, dat met de Lokale Agenda 21 op gang gebracht kan worden.

Jan Juffermans

Deense ecologische projecten staan beschreven in de *Urban Ecology Guide, Danish Town Planning Institute, Kopenhagen, 1996, ISBN 8787487993*.

Foto: Ad van der Sanden



Het huis van De Man in doorsnee

RIJKERT KNOPPERS

De extreme besparingen

Het verbruik van energie en water kan met behulp van de techniek drastisch omlaag, weet arts Hans de Man. Met zijn gezin gebruikt hij een fractie van wat het doorsnee gezin aan stroom en water opmaakt.

Waar de gemiddelde Nederlander zo'n 140 liter drinkwater per dag verbruikt, onttrekt het gezin De Man in het Noordhollandse dorp Heiloo dagelijks slechts 28 liter aan het waterleidingnet. Het elektriciteitsverbruik is eveneens zo'n 80 procent minder dan wat gangbaar is. Deze extreme besparingen zijn vooral te danken aan een heel scala van energie- en waterbesparende maatregelen, die in de woning zijn genomen. Allereerst de woning zelf, die twaalf jaar geleden is ontworpen door de uit IJsland afkomstige architect Jón Kristinsson, inmiddels hoogleraar milieutechnisch ontwerpen aan de TU in Delft. Dikke wanden met 18 centimeter isolatie voorkomen dat de warmte uit het huis verloren gaat, hierbij geholpen door isolerende luiken, die bij warm weer overigens dicht gaan om de woning koel te houden. De ventilatie gebeurt met behulp van een kleine ventilator,

waarbij een warmtewisselaar de naar buiten gaande opgewarmde lucht van warmte ontdoet. Een koele kast op het noorden vervangt de gangbare koelkast, en uiteraard ontbreken spaarlampen niet. De grote besparing aan water is vooral mogelijk door het composttoilet, dat zonder spoelwater werkt. Het grijze afvalwater uit de badkamer en de keuken gaat via een filter en bezinktank naar een vloeiak, waarna het gereinigde water in een vijver in de tuin stroomt. Door de toepassing van het composttoilet en het vloeiak is een aansluiting op de riolering niet noodzakelijk. Een zonnecollector zorgt in principe voor warm water, terwijl een op het net aangesloten zonnepaneelinstallatie zonlicht omzet in elektriciteit. Het scala aan fietsen, waaronder drie ligfietsen, een vouwfiets en een elektrisch aangedreven fiets, verraadt dat ook het vervoer veelal op een milieuvriendelijke manier plaatsvindt.

Fruitlegjes

'Twaalf jaar geleden hebben we de sprong

'Als je geen koelkast hebt, moet je bereid zijn 's zomers wat vaker inkopen te doen'

is. Hier ligt een duidelijke taak voor de overheid, om een verbeterde versie te laten ontwikkelen, maar tot op heden is er vanuit die hoek weinig belangstelling. Dat is erg jammer, want het is een prachtige methode om water te besparen en afval te verwerken.'

Trui aan

De voorzieningen in het huis zijn allesbehalve goedkoop, alleen al het composttoilet annex afvalzuiveringssysteem heeft, met alles erop en eraan, circa veertigduizend gulden gekost. 'Dat is natuurlijk veel te veel geld, willen dergelijke systemen op grotere schaal hun toepassing vinden. Het is de bekende cirkel, zolang er geen vraag naar is, en er onvoldoende ontwikkeling plaatsvindt, blijven de systemen duur, en zolang ze duur zijn koopt bijna niemand ze.'

Hij verwijst naar het kleine, modulerende, energiezuinige geiserijtje dat het warme water uit de zonnecollector kan opwarmen. 'Hij is niet in productie gekomen. Niemand wil een geiser met zo'n geringe capaciteit. Hetzelfde geldt voor een hele zuinige computer, die ik onlangs heb aangeschaft. Die is aanmerkelijk duurder dan de gebruikelijke modellen. Het is helaas goedkoper om meer energie te gebruiken dan om een energiezuinig apparaat te kopen.'

lectief verdringingsproces.'

De Man vindt dat de milieubeweging over het algemeen meer het gebruik van milieusparende maatregelen zou moeten stimuleren: 'Het lijkt me verstandig om "voor" met "tegen" goed te combineren. Hier in Heiloo bijvoorbeeld, wil de plaatselijke milieu-organisatie van het theatertje een nul-energiegebouw maken en dat betalen door in te krimpen in de infrastructuur voor het korte afstandverkeer, door parkeerplaatsen op te heffen.'

Hoe kijken mensen uit zijn directe omgeving tegen zijn inspanningen aan?

'Mensen die op dezelfde golfengete zitten vinden het allemaal prachtig, wat hier is toegepast. Maar als ik wel eens in het dorp vertel dat ik vanwege de dure zonnecellen in feite f 2,50 per kilowattuur elektriciteit betaal, wat dus tien keer duurder is dan normaal, krijg ik niet veel begrip.'

Niet alle gezinsleden zijn altijd even blij met de voortvarende aanpak van hun vader, getuige een opmerking van één van de dochters: 'Wat heb je nu weer een idiote fiets voor de deur staan. Hou er toch eens even mee op, ik schaam me dood!' Dit overigens onder verwijzing naar de gloednieuwe Di Blasi vouwfiets van uw verslaggever. 'Ik kan me wel voorstellen dat mijn kinderen mijn aanpak af en toe moeilijk vinden. Er is een tijd geweest dat ze hun

ngen van familie de Man

in het diepe gewaagd met de bouw van deze minimum-energie woning,' verklaart Hans de Man. 'Alle systemen werken goed. Alleen het composttoilet is duidelijk voor verbetering vatbaar.' Het composttoilet zit in de kelder onder het huis en bestaat uit een grote bak van bijna twee-en-eenhalve meter hoogte, waar zowel de faecaliën als het organisch afval in terecht komen. Een belangrijk probleem is de periodieke aanwezigheid van fruitvliegjes, die op het composterende materiaal afkomen. Ze zijn niet alleen hinderlijk, maar ook ongewenst voor de gezondheid. 'Als je het composttoilet vergelijkt met een windturbine, dan bevindt het toilet zich in een fase waar de windturbine 25 jaar geleden in zat. Het oorspronkelijke ontwerp van de Zweed Rikard Lindström heb ik al aanmerkelijk aangepast, maar er zijn nog een heleboel verbeteringen mogelijk, zoals bijvoorbeeld het feit dat de container veel te groot

Technische maatregelen zullen uiteindelijk maar voor een klein deel voor de oplossing van het milieu-probleem zijn, denkt De Man. Ook het gedrag moet anders. Hij verwijst naar de tafel midden in de zithoek, die dankzij het hierin aangebrachte buizenstelsel als een soort radiator warmte kan afgeven. 'In plaats van je hele huis te verwarmen, kun je beter plaatselijke warmtebronnen toepassen. Maar dan zul je, als je het koud hebt, dichterbij de verwarming moeten gaan zitten, net zoals je soms een trui zult moeten aantrekken. En als je, zoals wij, geen koelkast hebt, zul je bereid moeten zijn om in het zomerseizoen wat vaker inkopen te doen. Als je je realiseert dat milieu en energie in het jaar 2040 een factor 20 efficiënter zouden moeten worden gebruikt, kan het niet anders dan dat we ons een andere levensstijl aan meten. Maar ik denk dat velen dit onvoldoende willen realiseren; er is sprake van een col-

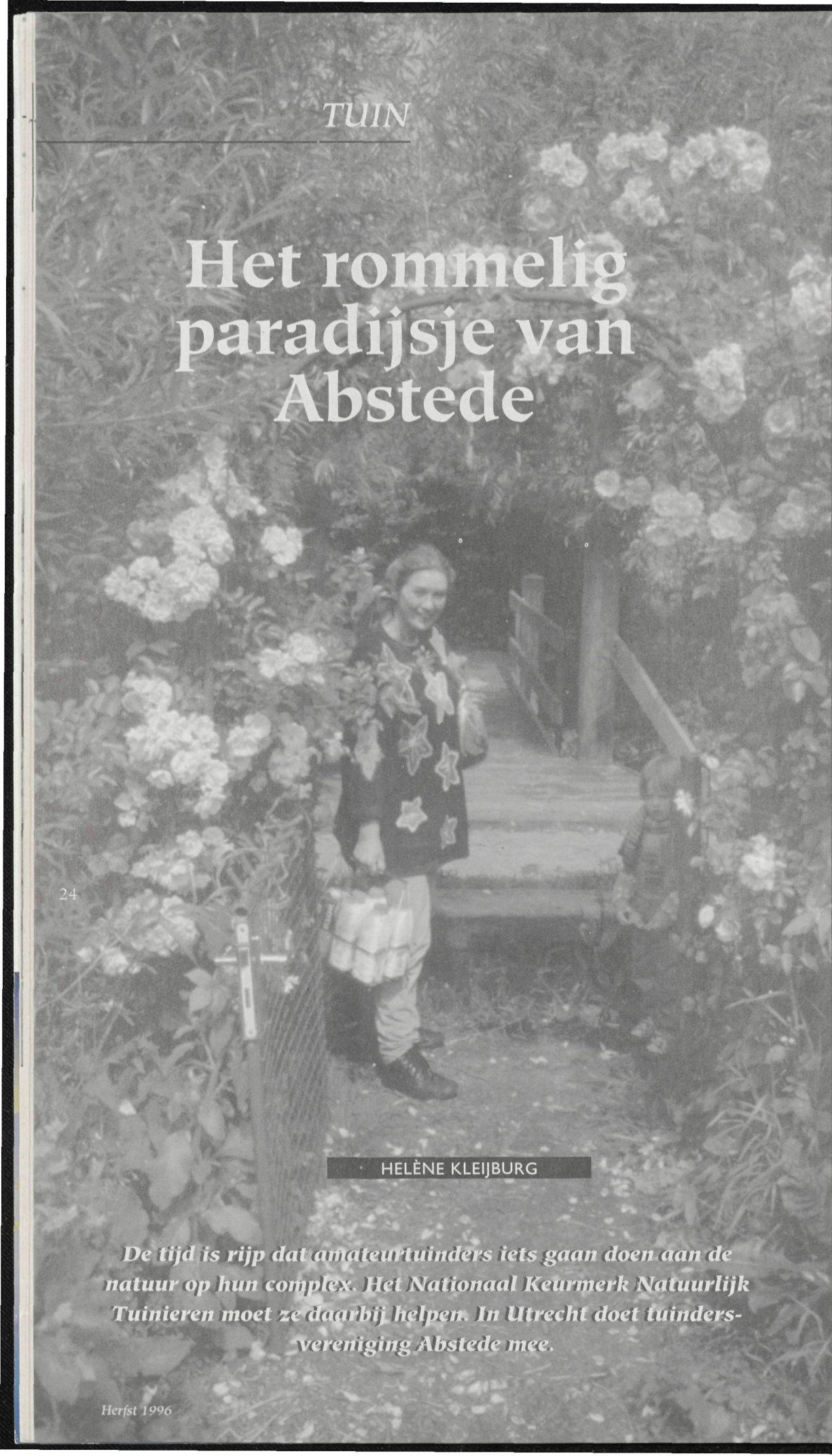
vriendjes of vriendinnetje niet naar de wc durfden te laten gaan, vooral omdat het composttoilet zo'n opvallende bril heeft, waarbij twee deksels wegschuiven als je

'Ik kan me voorstellen dat mijn kinderen mijn aanpak af en toe moeilijk vinden'

gaat zitten. Ook het rijden op de ligfietsen vinden ze geen onbeperkt genoegen vanwege de aandacht die ze trekken. En aandacht krijg je natuurlijk als je afwijkend gedrag vertoont,' aldus De Man. 'Dat is nog geen reden om het dan maar te laten.'

Het rommelig paradijsje van Abstede

24


 HELÈNE KLEIJBURG

De tijd is rijp dat amateurtuinders iets gaan doen aan de natuur op hun complex. Het Nationaal Keurmerk Natuurlijk Tuinieren moet ze daarbij helpen. In Utrecht doet tuindersvereniging Abstede mee.

FOTO: HELENE KLEIJBURG

Loop over de Abstederdijk in noordelijke richting. Passeer het spoorlijntje.

Nog geen twee jaar geleden reed de chloortrein deze route. Nu sukkelt er gelukkig maar af en toe een onschuldig treintje voorbij. Sla het smalle paadje aan de linkerhand in. Laat het haveloze perk voor wat het is en arriveer twintig meter verder op het domein van tuindersvereniging Abstede.

Het complex is een paradijsje in de stad. Aan weerszijde van de Minstroom, een zacht stromend water dat het gebied in tweeën deelt, groeien wilgen. Hoge bomen en heggen wisselen elkaar af. Er vliegen bijen, hommels, vlinders, er kwetteren vogels. Achter de heggen liggen houtsnipperpaden verscholen. Ze lopen krom, zodat het voor de nieuweling een verrassing is waar hij uitkomt. Abstede heeft weinig amateurtuinders van de oude stempel. Sla en kool staan hier uit het gelid, bloemen bepalen het gezicht. De leden kijken duidelijk niet op een onkruidje meer of minder. Het leidt soms tot chaotische taferelen. Wie nieuw komt, kan een tuin vol zevenblad aantreffen, of een heg doorvlochten met klee-kruid. Er zijn bijna geen regels omtrent gewenst tuindersgedrag. Of het moet die ene zijn, die bestrijdingsmiddelen verbiedt.

Eeuwenlang was Abstede een tuindersgebied, net buiten de grachtengordel gelegen. Van hieruit werd de stad Utrecht voorzien van groenten. Later kwamen er verschillende hoveniersbedrijven. Die hebben in de jaren zeventig het veld moeten ruimen, toen er plannen waren om door het gebied een ontsluitingsweg naar de binnenstad te maken. De plannen werden afgeblazen en de grond lag braak, totdat buurtbewoners het gebied kraakten omdat ze het zonde vonden dat het er verwaarloosd bij lag. Nu huist tuindersvereniging Abstede twaalf jaar op het stukje Utrecht. Ze verbouwt op bijna pure potgrond. De enige vervuiling vormen glas en puin van de kassen van destijds.

Netjes

Tuindersvereniging Abstede in Utrecht-Oost is één van de vijf complexen in Nederland die meedingen naar het Nationaal Keurmerk Natuurlijk Tuinieren. Het keurmerk is ontwikkeld door de landelijke organisatie voor tuinierend Nederland (AVVN) en de afdeling Amateurs tuinieren van de Dienst Landbouwvoorlichting (DLV). Beide organisaties achten de tijd rijp dat volkstuinters meer gaan doen aan natuurontwikkeling. Inheemse flora en fauna moeten onderdak vinden op de nu vaak keurige, maar eenzijdig bebouwde grond. Bovendien staat een tuindersvereniging, die kan aantonen over echte natuur te beschikken, sterker in de strijd tegen oprukkend steen en beton.

De taak waarvoor AVVN en DLV zich stellen, is geen gemakkelijke. Amateurs tuinders in Nederland zijn vooral gesteld op netheid. De tijd is koud voorbij dat een tuinder een bekeuring kreeg als er te veel onkruid op zijn perceel stond. Om conservatieve tuinders over de streep te trekken, neemt AVVN haar voorzorgs-

maatregelen: 'Natuurlijk tuinieren leidt pertinent niet tot rotzooi op het tuincomplex', schrijft ze in een folder. Met relatief kleine aanpassingen 'oogst' je al natuur. Een houtwalletje in een hoekje is een schuilplaats en leefgelegenheid voor nuttige insecten. Een border waarin meer soorten planten huizen, trekt vlinders en hommels. Ondertussen groeit de belangstelling voor het keurmerk gestaag. Gelukkig maar, want amateurs tuinders zijn doorgaans kwistig met de spuit.

Gemak

Kees Geljon heeft drie jaar een tuin op Abstede. Hij houdt zich voor zijn complex bezig met het Keurmerk Natuurlijk Tuinieren. Aanvankelijk had hij er zijn twijfels over. Op Abstede waren de tuinders toch al bezig met de voorwaarden waar een keurmerk voor staat. Geljon is huiverig voor doemdenkargumentatie. De natuur moet volgens hem verrijkt worden voor de natuur zelf, niet om huizenbouw te voorkomen. Dat laatste is als effect prima, maar niet als doel. Toch ging Abstede in zee met het keurmerk. De tuinders willen er hun voordeel mee doen. Voor tuindersvereniging Abstede zal verwerving van het keurmerk vrij gemakkelijk zijn. Leden van een begeleidingscommissie, met afgevaardigden van de AVVN, De Kleine Aarde, de vereniging voor natuur- en milieu-educatie IVN en de DLV liepen in april al instemmend knikkend over het terrein: de natuurwaarden op Abstede zijn ruimschoots vertegenwoordigd. De houtwalletjes zijn er al. Er is weinig kale grond, er groeien veel bodembedekkers. De afscheidingen tussen de tuinen zijn meestal natuurlijk. Bramen, frambozen en rozen voeren de boventoon. Een centrale composthoop voorziet in de behoefte als tuinders te veel

tuinafval hebben. Een composthoop levert voedingsstoffen voor in de bodem en is een kweekplaats van nuttige insecten, die weer egels en vogels lokken.

Natuurlijk kan er altijd meer. Regenwater van het dak van clubgebouw De Gladjool landt in een bedje van kiezelstenen en moet gaan lopen naar de nog te vervolmaken paddenpoel. Slakken zijn het grootste probleem op Abstede. Padden moeten daarop een antwoord vormen. De kikvorsachtigen leven niet in stromend water. De exemplaren die rondscharrelen komen niet uit de Minstroom, maar uit de vijver van de buurman. Die ligt op de andere oever, zodat een nieuwe paddenpoel noodzakelijk is. Geljon legt uit dat er meer natuurlijke remedies zijn tegen

'Kunstmest is geen heikel punt voor de vereniging.'

slakken. Voor hardere groentesoorten hebben slakken geen belangstelling. Planten die thuis voorgetrokken zijn, dienen met een grote kluit aarde in de grond te worden gezet. Want beschadig je het wortelstelsel, dan geeft de plant in de herstelperiode een voor slakken aanlokkelijke geur af. Met nestkastjes lok je vogels die ook dol zijn op slakken. En tenslotte kan de tuinder de slakken wegvangen. Geljon werpt ze over de heg in de Minstroom, 'waar ze verdrinken of hopelijk voer zijn voor de vissen.'

Wild

Bestrijdingsmiddelen zijn verboden op Abstede. Alle leden hebben een formulier gekregen waarmee ze het gebruik van gif moeten melden. Volgens Geljon wordt er af en toe nog iets gestrooid of gespoten. 'We laten elkaar vrij. De sociale

controle is beperkt. Ik zou toch graag zien dat mensen het melden als ze iets zien.'

Kunstmest is geen heikel punt voor de vereniging. Het wordt af en toe gebruikt. De meeste tuinders maken gebruik van koemest van een boer uit het naburige Bunnik. Biologische mest is moeilijk te krijgen en dus moesten de leden het vaak met gangbare mest doen.

Voordat de tuinvereniging het keurmerk over twee jaar krijgt, wil ze nog het een en ander doen. De hoogstamfruitbomen moeten door een deskundige worden gesnoeid, er moeten meer soorten heggen dan alleen de liguster komen en er moet met de gemeente overleg worden gevoerd over het onderhoud van de oevers van de Minstroom.

Geljon heeft door de verenigingsactiviteiten weinig tijd meer voor zijn eigen tuin. Hij werkt volgens de beginselen van de permacultuur, waarbij groenten, bloemen en wilde planten elkaar afwisselen. Alles is overwoekerd. De wilde planten vallen op; het ziet er woest, maar prachtig uit. 'Ondanks de verwildering krijg ik veel positief commentaar', aldus Geljon.

De tuinder heeft veel plannen met het complex. Een natuurlijker beheer van de oevers van de Minstroom bijvoorbeeld. Of een inzamelingspunt, waar wijkbewoners oude stenen kwijt kunnen, om stapelmuurtjes van te kunnen bouwen. De buurt moet betrokken worden bij de tuin. Het pad langs de Minstroom moet niet alleen voor hondenbezitters en criminelen zijn.

Tuindersvereniging Abstede, p/a Nicolaasweg 37, 3581 VE Utrecht.

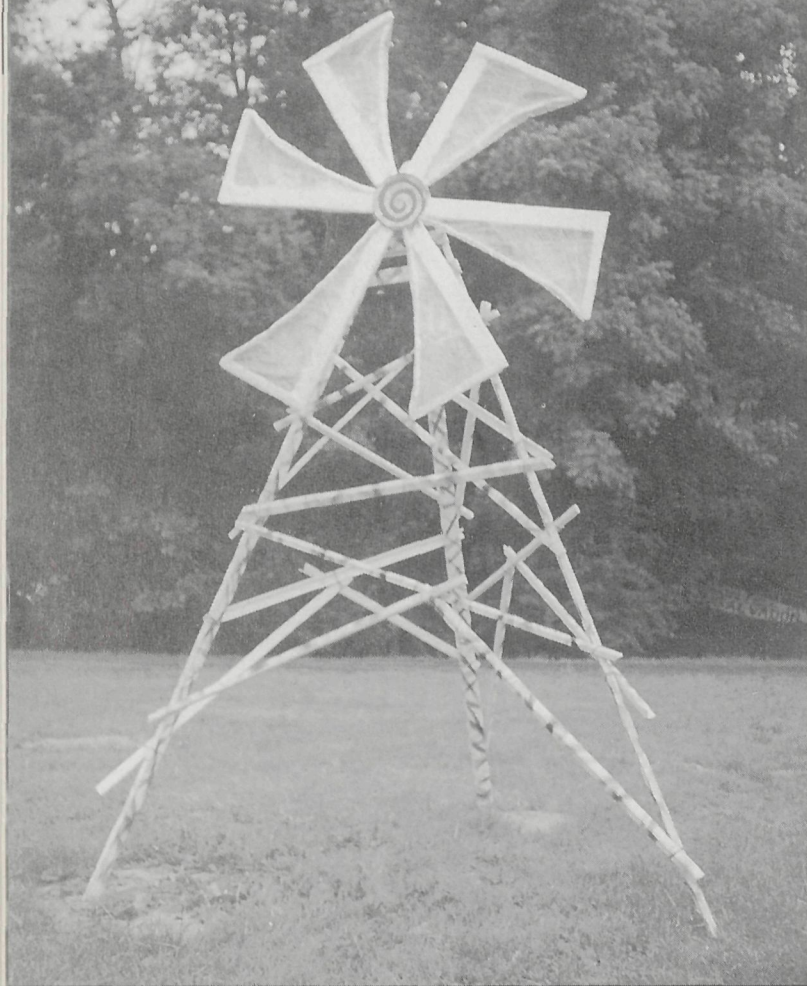


FOTO: FLEUR SPEET

Actief voor de wind

26

FLEUR SPEET

Het weer zit het Tegenwindfestival niet mee; kou en motregen tergen de bezoekers. Het is een kleinschalig festival. Niet meer dan achthonderd 'activisten' zetten in juli hun tenten op in het Larserbos bij Lelystad. Tegenwind is tegendraads, maar ook milieuvriendelijk. Waar op de gangbare festivals bergen vuil achterblijven, vette friet wordt gegeten en veel energie wordt verbruikt, biedt Tegenwind een alternatief.

Iedere dag wordt het terrein door bezoekers met prikkers schoongemaakt, overal zijn ecologische toiletten en officieuze glasbakken aanwezig. De beheerder is dan ook hoogst verbaasd over zijn brandschone camping. Er wordt vegetarisch en zelfs veganistisch gekookt, alles zoveel mogelijk met biologisch-dynamisch ingrediënten. Alleen de milieuvriendelijke energiebron is er, door de onwilligheid van de CDA-burgemeester, bij ingeschoten; een windmolen had de nu voor een groot deel onversterkte muziekkracht moeten bijzetten. Als troost zijn geknutselde windmolens in elkaar gezet. Ludiek,

dat is het juiste woord voor dit Europese punk-/kraker-/kinder-/milieu-/muziekfestival. De organisatoren willen het kleinschalig houden. De achterliggende gedachte, een festival dat voor de afwisseling niet milieubelastend is, kan een goede stimulans zijn de bestaande festivals als Parkpop en Pinkpop van een windmolen, Ecover en papierprikkers te voorzien. De mensen van het Tegenwindfestival weten immers al dat het milieu gespaard moet worden; het gaat er juist om deze gedachte naar een groter publiek uit te dragen. Wie geeft Tegenwind de wind mee op Pinkpop?

Vis(ver)voer

Om de Nederlandse lepelaar een minder karig hapje vis voor te kunnen zetten, werken onderzoekers sinds zes jaar aan een mogelijkheid voor migrerende vissen. Migrerende vissen houden er van zo nu en dan van zout naar zoet water te trekken. De belangrijkste migrant is de stekelbaars.

FLEUR SPEET

Met al onze dammen, gemalen en andere obstakels maken we het de stekelbaars maar moeilijk van zout naar zoet water te zwemmen. Daar is op de kop van Texel een oplossing voor gevonden. Het gemaal Eierland heeft een lokstroom van zoet water, waar migrerende vissen op af komen. Zij worden in een bassin verzameld en via een zuigstelsel 'overgezet' naar de andere kant, waar het zoete water zich bevindt. Daar dienen zij als voer voor lepelaars

en andere vogels. Sinds de opening van de passage afgelopen lente zijn niet zoveel vissen overgezet als gehoopt. Dat heeft te maken met het droge seizoen, waardoor het gemaal niet mag malen. Nu werkt de passage voornamelijk op de lokstroom. Een paar keer heeft het gemaal wel gewerkt en toen was de visoverzet bijzonder effectief. Dat belooft wat voor de toekomst! Het is de bedoeling tot na de trek van de stekelbaars met het overzetten van vissen door te gaan. Dan komen ook andere zoetwaterliefhebbende vissen op de kluunplaats af, zoals het koraarsvisje dat nu nog vrij zeldzaam is, maar zeker in onze wateren thuishoort. De planontwikkeling van de vispassage werd gefinancierd door Rijkswaterstaat. Staatsbosbeheer is de eigenaar. George Wintermans deed het ecologisch onderzoek en is momenteel bezig de mogelijkheden uit te vissen voor een tweede passage in de buurt van Delfzijl.

De Kleine Aarde

Actief

Redactie:
Koos
Dijksterhuis,
Helène Kleijburg,
Laurens
Lammers.

Uitgave De Kleine Aarde, postbus 151, 5280 AD Boxtel. Tel. 0411-684921. Fax 0411- 683407. E-mail: dekleineaarde@pz.nl

Eenvoudig idee wint de Groene Pluim

Water sparen met spaarkop en douchecabine

De waterbesparingswedstrijd van De Kleine Aarde is gewonnen door Martien Duineveld uit Zevenhuizen. Hij kreeg de Groene Pluim voor zijn 'spaardouche', een spaarkop in combinatie met een douchecabine. Duinevelds idee werd geselecteerd uit 24 inzendingen.

Duineveld wil met zijn verbluffend eenvoudige idee mensen aanspreken die hechten aan comfort. Hij vond de ideale manier om onder een spaardouchekop, die minder dan vijf liter per minuut doorlaat, toch heerlijk te kunnen douchen. Veel van de huidige spaardouchekoppen laten minstens zes liter per minuut door, terwijl de straal als miezerig wordt ervaren.

Duineveld: 'Het comfort onder de douche wordt bepaald door de grootte van de waterstraal, en de temperatuur en vochtigheid van de omgeving. De laatste moeten hoog zijn, wat te bereiken is in een gesloten cabine, met dichte onderkant en wanden. In zo'n cabine bereik je al kort na het opendraaien van de kraan een aangename temperatuur.'

De spaardouche kreeg van de jury de Groene Pluim, omdat het gericht is op een breed publiek, tegemoet komt aan de behoefte aan comfort en een aanzienlijke water- en energiebesparing oplevert. De winnaar kreeg op de open dag van De Kleine Aarde een miniatuur douchecabine en een bedrag van vijfhonderd gulden. Duineveld schonk het geld terug aan De Kleine

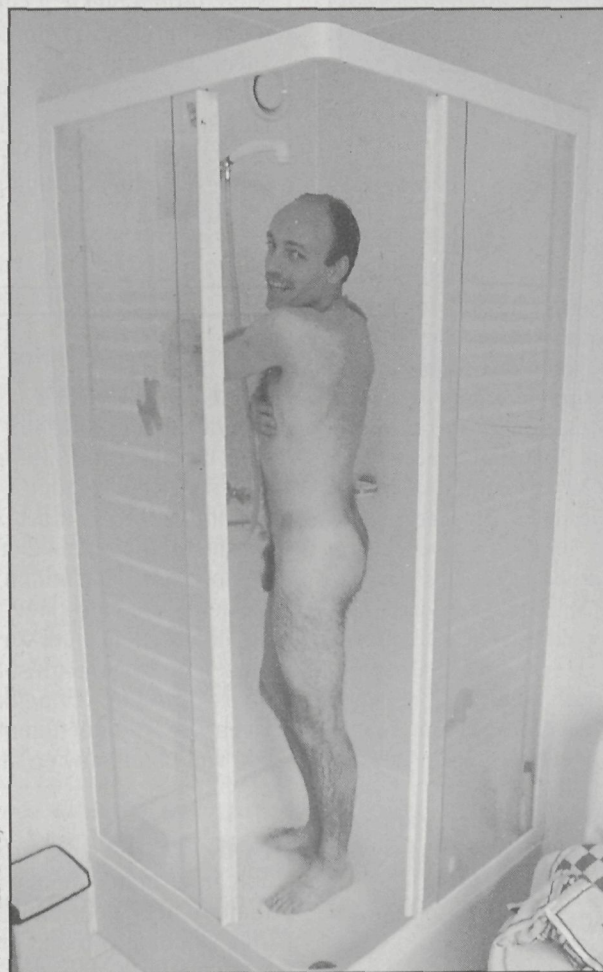


FOTO: HELENÉ KLEIJBURG

Aarde met de mededeling dat 'het geld beter besteed kan worden aan het bevorderen van waterbesparingen binnen het huishouden'.

Minister De Boer van VROM kwam in het nieuws met haar opmerking dat 'Nederlanders minder moeten dou-

chen en baden'. De Kleine Aarde stuurde haar een open brief met een pleidooi voor introductie van Duinevelds waterbesparende douchecabine. De minister heeft toegezegd de commissie Duurzaam Bouwen van VROM te attenderen op Duinevelds idee.

IN DIT
NUMMER

De Kleine Aarde knoopt banden aan met EISD

De Kleine Aarde op internet

Maatregelen tegen ongezonde speeltoestellen

Activiteitenprogramma



FOTO: LAURENS LAMMERS

Gevaarlijk speelgoed

Speeltoestellen van verduurzaamd hout zijn gevaarlijk voor kinderen. De Kleine Aarde, Natuur & Milieu, Milieudefensie en de Alternatieve Konsumenten Bond hebben staatssecretaris Terpstra van Volksgezondheid in een brief gevraagd maatregelen te treffen. Toxicologen trokken enkele zorgwekkende conclusies. Eén daarvan luidde dat kinderen in speeltuinen 'een verhoogd risico lopen' om een te grote hoeveelheid van de verduurzamingsstoffen arseen en chroom binnen te krijgen. Een advies om 'alle bewerkte speeltoestellen te verwijderen' gaat de toxicologen echter te ver. Dat zou een golf van onrust teweeg brengen. 'Naarmate het hout langer buiten staat, wordt de afgifte minder', menen de gif-experts. De Kleine Aarde wijst al jaren op alternatieven voor behandeld hout, zoals tamme kastanje-hout.

Het Meldpuntennetwerk Gezondheid en Milieu verzamelt klachten van mensen die gevolgen ondervinden van verduurzaamd hout. Het netwerk hoopt reacties te krijgen van zowel ouders als kinderartsen, medewerkers van kinderdagverblijven en mensen

die bij het plaatsen van toestellen en het verduurzamen van hout betrokken zijn geweest. Om een beeld te krijgen van de omvang van de gezondheidsschade is elke informatie welkom. Mensen die hebben geconstateerd dat kinderen allergische reacties hebben of huidbeschadigingen vertonen, die mogelijk verband houden met arseen of chroom op kinderspeeltoestellen of speelhuisjes, kunnen bij het netwerk deze klacht droppen. Beroepsmatig betrokkenen zouden hun klacht ook moeten doorgeven aan de bedrijfsarts van de ARBO-dienst, zodat het meldpuntennetwerk sneller aan informatie kan komen. In elke provincie is een meldpunt.

Telefoonnummers verkrijgbaar bij coördinator J. Höpener, 045-5710420.

DEARSUM - Eind 1992 kreeg het energieproject Dearsom nog de Groene Pluim van De Kleine Aarde. Dearsom was immers het enige Nederlandse dorp, dat voor 65 procent in de eigen energie voorziet met een combinatie van een biogas-installatie en een windmolen. De windmolen draait nog, maar de installatie is stilgelegd, nadat deze ging lekken. Als alternatief voor de mestvergister ziet Dearsom, met 150 inwoners, het liefst in Noord-Friesland een veel grotere installatie verrijzen voor de vergisting van gft-afval. Dat plan kost echter zes miljoen gulden. Voor een nieuwe kleine vergister heeft Dearsom minimaal twee ton nodig. Donateurs kunnen deze helpen bekostigen door een bijdrage over te maken op giro 919385, t.n.v. Energieproject in Dearsom.

SIERTUIN - Het laatste stukje braakliggend terrein van De Kleine Aarde is benut voor de aanleg van een gloednieuwe siertuin. De tuin, naar een ontwerp van landschapsarchitect Willem Iven, moet geleidelijk aan als een fraai, intiem plekje gaan ogen met stapelmuren van puin en afvalhout, stukken reliëf, een pleintje van keien en een vijver. De vorm van de tuin is ovaal. Dwars door de tuin ligt een verhard pad langs een waterput met mossen. Dit najaar zullen er nog verschillende bomen worden geplant. Het zaaigoed voor twee- en meerjarige planten werd gratis ter beschikking gesteld door de Groningse zaden-specialist Cruydt-hoek.

VLEESDOCUMENT

Met de verschijning van het beleidsdocument 'Een pleidooi voor de integratie van beleid' is de landelijke campagne 'Vlees, 't moet minder 't kan beter' afgesloten. De campagne ging 1994 van start. In het document luiden De Kleine Aarde, Milieudefensie en de Dierenbescherming nogmaals de noodklok voor milieu, dierenwelzijn en wereldvoedselzekerheid. Aan vlees kleeft 'een smeltkroes' van problemen, die de overheid vaak versimpelt tot het mestprobleem, zo menen de organisaties. Maatregelen blijven nodig. Een daarvan zou de verlaging van het btw-tarief voor biologisch vlees zijn. Het document is verstuurd naar minister Aartsen van Landbouw en alle Tweede-kamerleden.

ECO-STEDEN - De brochure *Sustainable Lifestyles* van Jan Juffermans, medewerker van De Kleine Aarde, is vertaald in het Nederlands. In het boekje doet Juffermans verslag van inspirerende projecten op het gebied van duurzame leefstijl in meer dan vijftig Europese gemeenten. Dat ook Nederland een aardig woordje meesprekt op internationaal niveau, blijkt uit projecten in Schiedam, Bergen, Eindhoven en Dearsom. De brochure kost een tientje, incl. porto, en is te bestellen bij de NCDO in Amsterdam, 020-5503555.

De Kleine Aarde knoopt banden aan met E.I.S.D.

Deze zomer is contact ontstaan tussen De Kleine Aarde en het Ecological Institute for Sustainable Development (EISD) in Hongarije. EISD werd vier jaar geleden opgericht om het noordwestelijk district Borsod uit het sociaal en economisch dal te halen. De sleutelwoorden van de organisatie zijn 'duurzame ontwikkeling'. Een van de oprichters, de huidige directeur Ivan Gyulai, was deze zomer op bezoek bij De Kleine Aarde.

Ivan Gyulai, voorzitter van CEE-WEB, een bundeling van vijftig milieu-organisaties in Centraal Europa, komt inspiratie opdoen bij De Kleine Aarde. Hij is vooral in ons land om contacten te leggen en sponsors te vinden voor het Borsod-project.

Gyalais droom ligt in een klein dorp, amper 150 inwoners groot, met de sprookjesachtige naam Gömörzólós. Dat dorp, gelegen aan de noordgrens van Hongarije, wil hij in vijf jaar tijd omtoveren tot een welvarende, 'duurzame' gemeente. 'Het moet een voorbeeld-gemeente worden voor 65 omliggende dorpen', zegt hij.

CEE-WEB ontstond in de periode van democratisering in tal van Oosteuropese landen. Ook in Hongarije kwam er een proces op gang om de economie te hervormen. Gyalai: 'Dat moest gebeuren, tegen elke prijs. Deze trend betekende echter een enorme druk op natuurgebieden en het milieu.'

CEE-WEB drong er bij haar leden op aan invloed uit te oefenen op de nieuwe machthebbers door politiek actief te worden. Zelf zat Gyulai in 1991 bij een groene partij die een alternatief plan vervaardigde voor het hervormingsplan van het nieuwe socialistische bewind. E.I.S.D. werd opgericht als centrum voor milieuprojecten in Borsod en daarbuiten.

Gyalai: 'Borsod is een bergachtige streek met veel beschermde natuurgebieden, zoals het nationaal park Aggtelek. Veel Hongaren zijn uit deze streek weggetrokken, omdat er geen werk meer is. Alleen in de tachtig kilometer

lange Sajó-vallei is werk in de kolnmijnen en chemische industrie'.

Kunt u iets meer vertellen over Gömörzólós?

'Gömörzólós is een dorpje waar in de jaren dertig nog vierhonderd mensen woonden. Veel van hen zijn later gemigreerd. In de jaren zestig vooral naar de Sajó vallei. In relatief weinig tijd is het aantal dorpsbewoners sterk uitgedund. Er wonen meer vrouwen dan mannen. De gemiddelde leeftijd is 52 jaar, de levensverwachting vrij laag. Jongeren wonen er bijna niet meer.'

Wat is het perspectief van het dorp?

'De omgeving van Gömörzólós is arm aan natuurlijke hulpbronnen, maar heeft wel veel weiden, bossen, graslanden en hagen. Eco-toerisme zou voor het dorp winstgevend kunnen zijn. Er zijn twee nationale parken in de buurt, talrijke natuurgebieden, mooie wandelpaden en prachtige bergen. Maar is wel geld en tijd nodig om de benodigde infrastructuur te realiseren. Met geld uit de Europese Gemeenschap bouwen we nu een trainingscentrum in het dorp. Daar gaan we voorlichting geven, met nadruk op biologische landbouw, permacultuur, energiebesparing, duurzame energiebronnen en waterzuivering.'

E.I.S.D., 3525 Miskolc, Kosuth Str. 13, Hongarije.



FOTO: LAURENS LAMMERS

Ivan Gyulai en Erzsebet Schmuck op De Kleine Aarde

In plaats van bloemen

Volgend jaar, tijdens het 25-jarige jubileum, zal De Kleine Aarde haar banden met E.I.S.D. verstevigen. Na Kenia en Suriname is er nu dichterbij huis een organisatie gevonden, waarmee zal worden samengewerkt. De band tussen De Kleine Aarde en het Hongaarse instituut zal voornamelijk bestaan uit uitwisseling van ervaring. En uiteraard een flink portie morele steun.

Tijdens het 25-jarig jubileum zal De Kleine Aarde donateurs vragen een speciaal project van het EISD te steunen. In plaats van bloemen. Om welk project het gaat, blijft nog even een verrassing.

STEUN DE KLEINE AARDE

Klein maar eigenwijs!

De Kleine Aarde bestaat dankzij de steun van duizenden donateurs. Ook uw bijdrage is welkom. Alle nieuwe donateurs krijgen een Welkomspakket en een acceptgirokaart. Stort uw bijdrage op giro 52730 t.n.v. De Kleine Aarde in Bostel. Kruis hieronder aan op welke manier u De Kleine Aarde wil steunen.

- ☐ Ik word donateur/abonnee voor f 45.-/Bf 900 (standaarddonatie) of meer per jaar en krijg 4 x het tijdschrift.
- ☐ Ik word donateur/abonnee voor f 25.-/Bf 500 (minimumbijdrage) per jaar en krijg 4 x het tijdschrift.
- ☐ Ik word donateur voor f 10.-/Bf 200 of meer per jaar en krijg 1 x het Jaarbericht van De Kleine Aarde (speciaal voor mensen die al zoveel lezen).

Naam _____

Adres _____

Tel. _____

Postcode _____

Plaats _____

Aankruisen, invullen, uitknippen en opsturen naar:
De Kleine Aarde, Antwoordnr. 16151, 5280 VJ Bostel.
Postzegel hoeft niet, mag wel.

Meedoen met een cursus?

Zin in een cursus? Doe de bon tijdig op de bus. Let op de uiterste datum van aanmelden, want vol is vol. U krijgt een bevestiging van uw inschrijving. Een week voor de cursus volgt uitgebreide informatie. Donateurs krijgen tien procent korting. Mocht u de inschrijving willen annuleren, doe dat dan uiterlijk twee weken voor de cursus. Wie later annuleert, is vijftig procent van het cursusgeld verschuldigd. Cursusprijzen zijn onder voorbehoud. Meer weten? Tel. 0411-684921.

Voeding

Natuurlijk lekker

(weekendcursus)

1 t/m 3 november

(vr 19.30 - zo 16.30 uur)

Dé cursus voor mensen die minder vlees willen gebruiken en worstelen met vragen als 'kom ik niks tekort?' Ter kennismaking bereiden we enkele complete menu's. Ook theorie over onbekende groenten en granen, keurmerken en milieuvriendelijke voeding

Bon voor aanmelding

Ik meld me aan voor de cursus:

Datum cursus:

Naam:

Adres:

Plaats:

Telefoon:

Geboortedatum:

Stuur me een bevestiging. Ik ontvang een rekening. Ik betaal de helft van het cursusgeld als ik veertien dagen voor het begin van de cursus mijn aanmelding annuleer.

(Kruis een hokje aan)

- ☐ Ik ben geen donateur en betaal de volle prijs.
- ☐ Ik ben donateur en krijg tien procent korting.
- ☐ Ik meld me aan als donateur via deze bon. Ik krijg op de cursusprijs tien procent korting.

Invullen en opsturen naar: De Kleine Aarde, antwoordnummer 16151, 5280 VJ Boxtel.
Let op de uiterste aanmeldingsdatum!

komen aan bod. Er wordt gekookt met seizoensgroenten. We koken en eten gezamenlijk.

Prijs: f 250,-

Inclusief overnachtingen, 3 maaltijden, documentatie en ingrediënten.

Aanmelden voor 18 oktober.

Brood bakken

(weekendcursus) 16 - 17 november

(za 9.30 - zo 16.30 uur)

Brood bakken is een cursus voor beginners en gevorderden. We maken gist-, zuurdesem-, en lers brood, gevuld brood en broodjes. De technische kneepjes worden bijgebracht. Verschillende soorten meel passeren de revue. Ook leert u pizza, groentepastei en groentetaart maken, evenals gebak uit gistdeeg. Met de weekendcursus wordt op-en-neer reizen voorkomen. 's Avonds geen programma, wel gezelligheid.

Prijs: f 210,-

Inclusief overnachting, 3 maaltijden, documentatie, het boekje Brood bakken en ingrediënten.

Aanmelden voor 1 november.

Sinterklaastractaties

(één middag) 26 november

(di van 14.00 tot 17.00 uur)

U leert hapjes, koekjes en drankjes te maken voor de winteravonden. Naast specifieke sint-tractaties (speculaas, marsepein, pepernoten) worden er andere, zoete en hartige, lekkernijen bereid van biologische geteelde producten. Er wordt met minder (riet)-suiker gewerkt, o.a. bij het maken van amandelspijs. Aan het eind van de middag kunt u de zelfgemaakte hapjes en warme dranken proeven.

Prijs: f 35,-

Inclusief documentatie en ingrediënten.

Aanmelden voor 12 november.

Duurzame voeding in voorlichting

(Studiedag voor voedingsdeskundigen en diëtisten)

Wat zijn voordelen van biologisch geteelde producten bij allergieën? Is duurzame voeding duurder? Smaken biologische producten anders? Welk voorlichtingsmateriaal is er en hoe kun je het gebruiken? Deze en andere vragen komen aan de orde op deze studiedag, die bedoeld is voor voedingsdeskundigen en diëtisten.

Prijs: f 195,-

Inclusief documentatiemateriaal en een ecologische lunch.

Verwacht: november 1996.

Verantwoord vegetarisch als keuzemenu

(Studiedag voor koks) 29 oktober

(di 10.00 - 16.30 uur)

Instellingen krijgen steeds vaker te maken met mensen die geen vlees willen eten. Om meer op de vraag van de consument in te spelen, zou een instelling als derde keuzemenu een vegetarische maaltijd kunnen invoeren. Een studiedag voor koks.

Prijs f 195,-

Inclusief cursusmap en een ecologische lunch.

Voedingsvoorlichting geactualiseerd

(Studiedag voor kooklesgevers)

De jaarlijks terugkerende studiedag voor het netwerk van kooklesgevers.

Prijs: f 35,-

Inclusief documentatie en een ecologische lunch.

Verwacht in januari.

Tuin

Groenten in de winter

(studiedag) 21 september

(za 10.00 - 16.30 uur)

Welke groenten zijn winterhard? Zijn er rassen die beter te bewaren zijn dan andere? Hoe bescherm je groenten die buiten staan? Het hele jaar door verse groenten, zonder wekken of invriezen? In deze cursus toont De Kleine Aarde aan dat het ook 's winters kan.

Prijs: f 90,-

Inclusief ecologische lunch, koffie, thee en documentatiemateriaal.

Aanmelden voor 9 september.

De natuurrijke siertuin

(studiedag) 21 september

(za 10 - 16.30 uur)

Deze dag is voor mensen die een ecologische siertuin willen aanleggen of een bestaande tuin willen omvormen. De plantkeuze wordt zoveel mogelijk aangepast aan natuurlijke omstandigheden zoals grondsoort, grondwaterstand, zon of schaduw. Er wordt op gelet dat vogels, vlinders en insecten het naar hun zin hebben in de tuin. Verder komen het gebruik van natuurlijke materialen, het onderhoud en het

Voor een hoge rente en
een beter milieu



MILIEU



DERDE WERELD



GEZONDHEIDS-
ZORG & WELZIJN



DIEREN-
BESCHERMING

DE ASN BANK IS
EEN BANK DIE EEN
UITSTEKEND RENDEMENT BIEDT OVER HAAR SPAAR-
EN BELEGINGSREKENINGEN. UIT PRINCIPLE WORDT
ALLEEN GEÏNVESTEERD IN BEDRIJVEN EN PROJECTEN
DIE EEN DUURZAME SAMENLEVING NASTREVEN.

(vrijdag 10.00-16.00 uur)
Een studiedag voor medewerkers van
tuincentra die willen weten hoe ze re-
kening kunnen houden met het milieu.
Het terugdringen van verpakkingen,
het besparen van energie en reductie
van het gebruik van bestrijdingsmidde-
len komen aan bod.

Prijs: f 150,-

**Inclusief ecologische lunch, kof-
fie, thee en documentatie.**

Aanmelden voor 9 november.

**Inclusief ecologische lunch, kof-
fie, thee en documentatie.**
Aanmelden voor 14 oktober.

Bouwen en wonen

**Praktijkdagen Duurzaam
Bouwen**

(studiedag) 17 oktober en 14 november
(do van 9.15 - 16.45 uur)

De Kleine Aarde organiseert samen

en inzien in de alternatieven. De Klei-
ne Aarde organiseert daarom een stu-
diedag voor kaderpersoneel van plant-
soen- en/of reinigingsdiensten van
Nederlandse gemeenten.

Prijs: f 295,-

**Inclusief ecologische lunch, koffie
en thee.**

Aanmelden voor 18 oktober.

gen over duur-
eerste dag
or medewerkers
ningbouwcorpo-
/11) voor archi-
's Ochtends zal
de integratie van
bezoekerscen-
Aarde. Deelne-
ebreide rondlei-
he lunch gaat de
n verantwoorde
urna volgt een
permanente ex-
Den Bosch.

nee, lunch en
tion Boxtel, de
naar station

oktober resp.

in de praktijk

30 - 13.00 uur.
d voor beroeps-
aannemers, ar-
vers en gemeen-
et koffie en thee
ing en vertoning
m bouwen. Hier-
mers een uitge-
het bezoekers-
ne Aarde. In dit
uthema's water,
en binnenklimaat

,- bij max. 10
p. extra)
ee en ecologi-

op verhardin-

de gemeente-
strijdingsmiddelen
goede begeleiding

Meedoen met een cursus? Zin in een cursus? Doe de bonus. Let op de uiterste datum want vol is vol. U krijgt een bevestiging. Een week voor de cursus uitgebreide informatie. Donat 10 procent korting. Mocht u de bonus annuleren, doe dat dan uiterlijk een week voor de cursus. Wie later annuleert, betaalt 10 procent van het cursusgeld. Voor de cursus zijn onder voorbehoud. Meer weten? Tel. 0411-68492

Vo

Natuurlijk lekker (weekendcursus) 1 t/m 3 november (vr 19.30 - zo 16.30) Dé cursus voor de vleeswillen met vragen als: Ter kennismaking complete menu's onbekende groenten merken en milie

ASN-Milieusparen is een unieke

mogelijkheid om direct via uw spaargeld

een positieve en duurzame invloed uit

te oefenen op het milieu. De ASN Bank

belegt het geld van Milieusparen in

milieubesparende activiteiten en projec-

ten. Zoals recyclingprocessen, duurzame

**Met ASN-
Milieusparen**

**werkt u mee
aan een
beter milieu.**

energie-opwek-

king, zuiverings-

installaties,

bodemsanering

en natuurbeheer. In ons gratis jaar-

verslag geven wij daarover openheid van

zaken. Voor de beleggingen adviseert de

Milieu Advies Commissie van de NJMO*.

* De ASN Bank heeft het ASN-Milieusparen ontwikkeld in samenwerking met de NJMO (Nationale Jongerenraad voor Milieu & Ontwikkeling).

Met ASN-Milieusparen krijgt u een aantrekkelijke rente.

Het aardige van ASN-Milieusparen is dat u een prima rente krijgt. Hebt u f 25.000,- of meer op de ASN-Milieurekening staan, dan vergoeden wij een nog hogere rente over het totale spaarbedrag. De actuele rentetarieven voor ASN-Milieusparen vindt u onderaan de volgende pagina.

Met ASN-Milieusparen betaalt u geen extra kosten.

Sparen bij de ASN Bank is kosteloos. Dat geldt ook voor ASN-Milieusparen. U kunt elk bedrag, zolang uw saldo dat toelaat, boetevrij opnemen. U krijgt bij het openen van een rekening een gratis opbergmap voor uw rekeningoverzichten en gratis portvrije enveloppen. En na elke storting of opname krijgt u een gratis rekeningoverzicht thuisgestuurd, hoe vaak dat jaarlijks ook gebeurt. Bovendien kunt u voor vragen gratis onze informatie- en advieslijn bellen: 06-0380.

Met ASN-Milieusparen is storten en opnemen heel eenvoudig.

ASN-Milieusparen doet u gewoon thuis. U stort via een willekeurige bank- of girorekening elk bedrag dat u wilt. Wij vragen geen minimuminleg. U kunt ook automatisch, bijvoorbeeld elke maand, een vast bedrag sparen. Ook opnemen van spaargeld is eenvoudig: u stuurt een opnameformulier op, waarop uw eigen bank- of girorekening staat voorgedrukt (dat is de 'vaste tegenrekening' die u bij aanmelding opgeeft). Zo hebt u uw spaargeld snel beschikbaar.

Bon voor aanmelding

Ik meld me aan voor de cursus:

Datum cursus:

Naam:

Adres:

Plaats:

Telefoon:

Geboortedatum:

Stuur me een bevestiging. Ik ontving. Ik betaal de helft van het o veertien dagen voor het begin van de cursus mijn aanmelding annuleer.

(Kruis een hokje aan)

- ☐ Ik ben geen donateur en betaal de volle prijs.
- ☐ Ik ben donateur en krijg tien procent korting.
- ☐ Ik meld me aan als donateur via deze bon. Ik krijg op de cursusprijs tien procent korting.

Invullen en opsturen naar: De Kleine Aarde, antwoordnummer 16151, 5280 VJ Bostel.

Let op de uiterste aanmeldingsdatum!

Voortenting

(Studiedag voor voedingsdeskundigen en diëtisten)

Wat zijn voordelen van biologisch geteelde producten bij allergieën? Is duurzame voeding duurder? Smaken biologische producten anders? Welk voorlichtingsmateriaal is er en hoe kun je het gebruiken? Deze en andere vragen komen aan de orde op deze studiedag, die bedoeld is voor voedingsdeskundigen en diëtisten.

Prijs: f 195,-

(studiedag) 21 september

(za 10 - 16.30 uur)

Deze dag is voor mensen die een ecologische siertuin willen aanleggen of een bestaande tuin willen omvormen. De plantkeuze wordt zoveel mogelijk aangepast aan natuurlijke omstandigheden zoals grondsoort, grondwaterstand, zon of schaduw. Er wordt op gelet dat vogels, vlinders en insecten het naar hun zin hebben in de tuin. Verder komen het gebruik van natuurlijke materialen, het onderhoud en het

Zó opent u een

ASN-Milieuspaarrekening:

Beginnen met ASN-Milieusparen is een kwestie van één-twee-drie.

Eén: u vult het aanmeldingsformulier hiernaast in.

Twee: u stuurt het in een envelop zonder postzegel naar de ASN Bank, Antwoordnummer 1188, 2501 WB Den Haag.

Drie: binnen een paar dagen hebt u de bevestiging met uw nieuwe rekeningnummer in huis. Plus het spaarreglement, een duidelijke handleiding, een opbergmap en portvrije enveloppen.

Bovendien ontvangt u gratis het boekje '15 Natuurverhalen' van het IVN.

ASN-Milieusparen puntsgewijs:

- Spaargeld wordt belegd in activiteiten met een directe bijdrage aan een schoner milieu.
 - Op saldi vanaf f 25.000,- extra hoge rente over het hele tegoed.
 - Rentepercentages aan wijzigingen onderhevig.
 - Geen minimuminleg vereist.
 - Storten via bank of giro.
 - Onbeperkt boetevrij opnemen via voorgedrukte formulieren naar vaste tegenrekening.
 - Rekeningoverzicht na elke mutatie.
 - Rentebijbeschrijving jaarlijks in januari.
 - Ook voor minderjarigen en organisaties.
- Vraagt u hiervoor een apart aanmeldingsformulier aan via **06-0380**.

RENTE ASN-MILIEUSPAREN PER 8 JULI 1996

Tot f 25.000,-	3.5 %*
f 25.000,- of meer	4.1 %*

* Rentepercentages gelden over het gehele saldo.
(rentewijzigingen voorbehouden)

Ook milieubewust beleggen bij de ASN Bank.

Naast de hier beschreven ASN-Milieuspaarrekening heeft de ASN Bank ook een beleggingsfonds dat uitsluitend belegt in milieu-projecten:

ASN-Groen- projectenfonds.

Door deelname in dit fonds is de kans op een hoog rendement reëel doordat u optimaal profiteert van het volledig belastingvrije dividend uit beleggingen in natuur- en milieuprojecten, naast de normale rente- en dividendvrijstelling.

Wilt u meer weten over deze of andere financiële diensten van de ASN Bank, bel dan gratis onze informatie- en advieslijn: **06-0380**.

ASN-Sparen kan een goed alternatief zijn.

Een alternatief voor ASN-Milieusparen kan ASN-Sparen zijn. Hiermee wordt uw spaargeld, onder dezelfde rente- en opnamevoorwaarden, belegd. Echter niet alleen in projecten en bedrijven op het gebied van het milieu, maar ook in de Derde Wereld, gezondheidszorg en welzijn in Nederland, en dierenbescherming.

Dit aanmeldingsformulier is alleen voor meerderjarige particuliere rekeninghouders. Voor minderjarige rekeninghouders en organisaties is een apart aanmeldingsformulier beschikbaar. Bel hiervoor gratis: **06-0380**.

Naam 1e rekeninghouder		Voorletters		Geboortedatum		m		v	
Naam 2e rekeninghouder (alleen bij en/of-rekening)		Voorletters		Geboortedatum		m		v	
Adres		Huisnummer		Postcode					
Woonplaats		Telefoon		Bank- of gironummer					
Handtekening 1e rekeninghouder		Handtekening 2e rekeninghouder							

code									
692-11									
cl.2									
cl.1									
pr.dd.									
ontv.									
id.nt.									
rek.nt.									

Dit gedeelte door de ASN Bank in te vullen.

ASN Bank
SPAART MEER

Aanmeldingsformulier ASN-Milieusparen

(vrijdag 10.00-16.00 uur)

Een studiedag voor medewerkers van tuincentra die willen weten hoe ze rekening kunnen houden met het milieu. Het terugdringen van verpakkingen, het besparen van energie en reductie van het gebruik van bestrijdingsmiddelen komen aan bod.

Prijs: f 150,-

Inclusief ecologische lunch, koffie, thee en documentatie.

Aanmelden voor 9 november.

Inclusief ecologische lunch, koffie, thee en documentatie.
Aanmelden voor 14 oktober.

Bouwen en wonen

Praktijkdagen Duurzaam Bouwen

(studiedag) 17 oktober en 14 november
(do van 9.15 - 16.45 uur)

De Kleine Aarde organiseert samen

ne Aarde organiseert daarom een studiedag voor kaderpersoneel van plantsoen- en/of reinigingsdiensten van Nederlandse gemeenten.

Prijs: f 295,-

Inclusief ecologische lunch, koffie en thee.

Aanmelden voor 18 oktober.

ASN Bank: een bank met een missie.

De Algemene Spaarbank voor Nederland heeft zich als onderneming een opdracht gesteld. In deze missie van de ASN Bank herkennen zich blijkbaar ruim 120.000 mensen. Inzet van die opdracht is een betere wereld.

Een betere wereld voor mens, dier, natuur en milieu. Een rechtvaardiger wereld ook, waarin de lusten en de lasten niet alleen gelijk, maar ook verstandig zijn verdeeld. Dat vraagt volgens de ASN Bank om een samenleving waarin duurzaamheid voorop staat.

Een prima rente èn rekening houden met natuur en milieu.

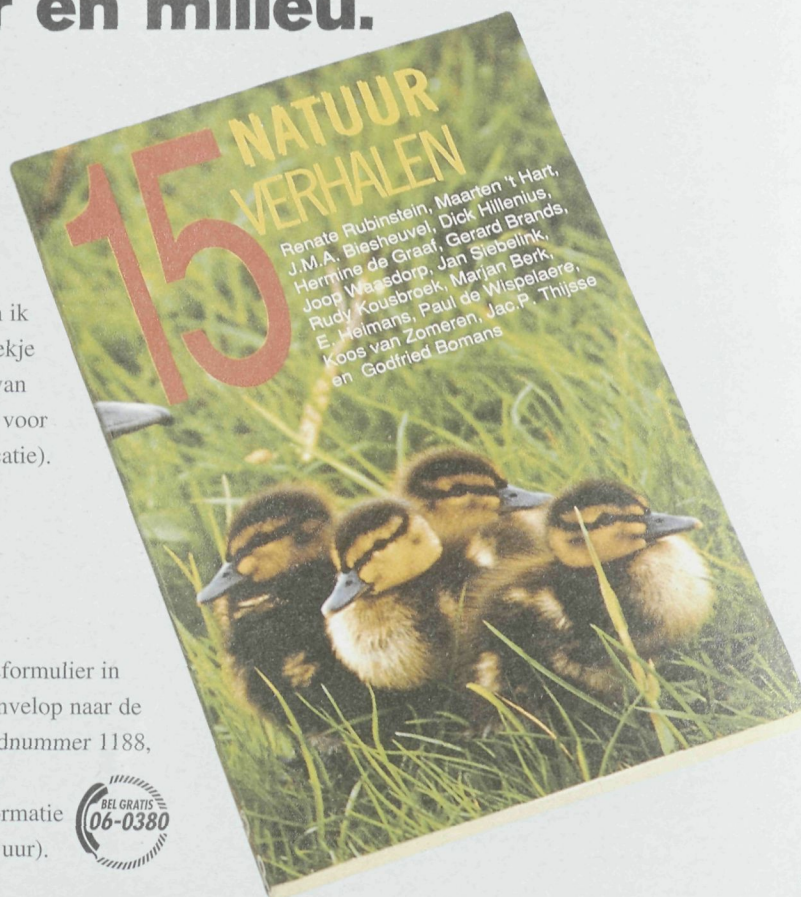
☒ **Ja,**

ik open een rekening ASN-Milieusparen en ik ontvang gratis het boekje '15 Natuurverhalen' van het IVN (Vereniging voor natuur- en milieueducatie).



Stuur dit aanmeldingsformulier in een ongefrankeerde envelop naar de **ASN Bank**, Antwoordnummer 1188, 2501 WB Den Haag.

Of bel voor meer informatie (tussen 8.30 en 17.00 uur).



ASN Bank. Spaart meer.

Aan de ene kant zijn wij een gewone spaarbank. We streven naar een gezonde winst. En naar een zo hoog mogelijk rendement op het geld dat we beheren. Zodat we u een uitstekende rente op uw spaargeld kunnen bieden. Maar aan de andere kant zijn wij ook een bijzondere bank. Een bank met duidelijke principes. Wij investeren uitsluitend in ondernemingen en organisaties die een positieve invloed hebben op de wereld waarin wij leven. Vier terreinen hebben daarbij onze bijzondere aandacht: milieu, de Derde Wereld (waaronder mensenrechten en ontwikkelingshulp), gezondheidszorg en welzijn in Nederland, en dierenbescherming. Dat dit heel goed samengaat met een goed financieel rendement, bewijst de ASN Bank al sinds 1960 voor inmiddels meer dan 120.000 spaarders en beleggers. En daarom kunnen we ook zeggen: ASN Bank - spaart meer!



ASN Bank

Postadres:
Postbus 30502
2500 GM Den Haag
Telefoon: 070 - 35 69 333
Telefax: 070 - 36 17 948

Girorekening: 100965
Bankrekening: 63.50.11.980

Lid Nederlandse
Spaarbankbond

Handelsregister:
Den Haag, nr. 27084150

November 1995
© 1995 ASN Bank

Materiaal:
kringlooppapier uit 100% oud papier

ASN-informatie- en advieslijn (gratis):
06-0380

veertien dagen voor het begin van de cursus mijn aanmelding annuleer.

(Kruis een hokje aan)

- ☐ Ik ben geen donateur en betaal de volle prijs.
- ☐ Ik ben donateur en krijg tien procent korting.
- ☐ Ik meld me aan als donateur via deze bon. Ik krijg op de cursusprijs tien procent korting.

Invullen en opsturen naar: De Kleine Aarde, antwoordnummer 16151, 5280 VJ Boxtel.

Let op de uiterste aanmeldingsdatum!

voorneming

(Studiedag voor voedingsdeskundigen en diëtisten)

Wat zijn voordelen van biologisch geteelde producten bij allergieën? Is duurzame voeding duurder? Smaken biologische producten anders? Welk voorlichtingsmateriaal is er en hoe kun je het gebruiken? Deze en andere vragen komen aan de orde op deze studiedag, die bedoeld is voor voedingsdeskundigen en diëtisten.

Prijs: f 195,-

(studiedag) 21 september (za 10 - 16.30 uur)

Deze dag is voor mensen die een ecologische siertuin willen aanleggen of een bestaande tuin willen omvormen. De plantkeuze wordt zoveel mogelijk aangepast aan natuurlijke omstandigheden zoals grondsoort, grondwaterstand, zon of schaduw. Er wordt op gelet dat vogels, vlinders en insecten het naar hun zin hebben in de tuin. Verder komen het gebruik van natuurlijke materialen, het onderhoud en het

verwerken van maaisel en snoeihout aan bod.

Prijs: f 90,-

Inclusief ecologische lunch, koffie, thee en het boekje De Natuurrijke Tuin.

Aanmelden voor 9 september.

Ecologische moestuin

(3 dagdelen) 4 en 5 oktober, 28 februari en 1 maart

(vr 18.30 - za 16.00 uur)

Gezond eten uit eigen moestuin begint met het weglaten van bestrijdingsmiddelen en kunstmest. Bij het telen van gezonde groenten komt meer kijken. De cursus helpt u op weg. U leert ecologisch tuinieren met alles erop en eraan: bodemanalyse, bemesting, vruchtwisseling, teeltplan, combinatie-teelt en het voorkomen van ziekten en plagen. De moestuin van De Kleine Aarde dient als voorbeeld.

Prijs: f 175,-

Inclusief overnachting, 3 ecologische maaltijden, Tuinboek van De Kleine Aarde.

Voor de oktobercursus aanmelden voor 23 september.

Voor de cursus in februari en maart aanmelden 14 februari.

Natuur- en milieuvriendelijk tuinieren

(studiedag voor hoveniers) 15 november (vrijdag 10.00-16.00 uur)

Hoe dring je het gebruik van bestrijdingsmiddelen terug en pas je evenwichtsbemesting toe? Welke natuurlijke materialen zijn geschikt voor schuttingen en paden? Een studiedag voor hoveniers, die ingaat op het ontwerp en de inrichting van de tuin.

Prijs: f 150,-

Inclusief ecologische lunch, koffie, thee en documentatie.

Aanmelden voor 3 november.

Milieuzorg bij tuincentra

(studiedag) 21 november, onder voorbehoud

(vrijdag 10.00-16.00 uur)

Een studiedag voor medewerkers van tuincentra die willen weten hoe ze rekening kunnen houden met het milieu. Het terugdringen van verpakkingen, het besparen van energie en reductie van het gebruik van bestrijdingsmiddelen komen aan bod.

Prijs: f 150,-

Inclusief ecologische lunch, koffie, thee en documentatie.

Aanmelden voor 9 november.

Snoeien van fruitbomen

(studiedag) 14 december

(za 10.00 - 16.30)

Een praktische studiedag voor mensen met hoog- of laagstambomen in de tuin. U leert kijken naar de vorm en ontwikkeling van bomen en de bijbehorende snoei. Er wordt onderscheid gemaakt tussen het bijwerken van achterstallige snoei, snoei voor optimale productie en het snoeien van jonge bomen. Uiteraard oefent u zelf. In het geval van slecht weer is de reservedatum 11 januari.

Prijs: f 90,-

Inclusief ecologische lunch, koffie, thee en snoeihandleiding.

Aanmelden voor 2 december.

Snoeien van kleinfruit

(studiedag) 1 maart

(za 10.00 - 16.30)

Veel moestuinders hebben bessenstruiken of frambozen in de tuin. Tijdens deze dag komen theorie en praktijk van onderhouds- en vormsnoei aan de orde. Onervaren snoeiers doen veel basiskennis en vaardigheid op. Gevorderden maken zich de fijne kneepjes van het vak eigen. Bij slecht weer is de reservedatum 9 maart.

Prijs: f 90,-

Inclusief ecologische lunch, koffie, thee en documentatie.

Aanmelden voor 19 februari.

Dieren

Geiten houden

(studiedag) 26 oktober

(za 10.00-16.30 uur)

Om geiten te houden is het belangrijk naar de aard van dit bijzondere beest te kijken. Vervolgens komen huisvesting, beweiding, voeding, en het melken aan de orde. Er zal gelegenheid zijn om een aantal praktische handelingen te oefenen, zoals het bijsnijden van klauwtjes.

Prijs: f 90,-

Inclusief ecologische lunch, koffie, thee en documentatie.

Aanmelden voor 14 oktober.

Bouwen en wonen

Praktijkdagen Duurzaam Bouwen

(studiedag) 17 oktober en 14 november

(do van 9.15 - 16.45 uur)

De Kleine Aarde organiseert samen

met de VIBA twee dagen over duurzaam bouwen. De eerste dag (17/10) is bedoeld voor medewerkers van gemeenten en woningbouwcorporaties, de tweede (14/11) voor architecten en aannemers. 's Ochtends zal de nadruk liggen op de integratie van milieuthema's in het bezoekerscentrum van De Kleine Aarde. Deelnemers krijgen een uitgebreide rondleiding. Na de ecologische lunch gaat de VIBA nader in op een verantwoorde materiaalkeuze. Daarna volgt een rondleiding over de permanente expositie van de VIBA in Den Bosch.

Prijs: f 175,-

Inclusief koffie, thee, lunch en vervoer tussen station Boxtel, de beide locaties en naar station Den Bosch.

Aanmelden voor 4 oktober resp. 1 november.

Duurzaam Bouwen in de praktijk

(introductie-ochtend)

op aanvraag: wo/do 9.30 - 13.00 uur.

De ochtend is bedoeld voor beroepsgroepen in de bouw: aannemers, architecten, opdrachtgevers en gemeenten. Na ontvangst met koffie en thee volgt een korte inleiding en vertoning van de video *Duurzaam bouwen*. Hierna krijgen de deelnemers een uitgebreide rondleiding in het bezoekerscentrum van De Kleine Aarde. In dit gebouw zijn de milieuthema's water, energie, materialen en binnenklimaat geïntegreerd.

Groeps prijs: f 500,- bij max. 10 pers. (< 10 f 35,- p.p. extra)

Inclusief, koffie, thee en ecologische lunch.

Onkruidbestrijding op verhardingen

(studiedag) 1 november

(vr 9.30 u - 16.15 u)

De noodzaak binnen de gemeentegrenzen minder bestrijdingsmiddelen te gebruiken, vraagt goede begeleiding en inzicht in de alternatieven. De Kleine Aarde organiseert daarom een studiedag voor kaderpersoneel van plantsoen- en/of reinigingsdiensten van Nederlandse gemeenten.

Prijs: f 295,-

Inclusief ecologische lunch, koffie en thee.

Aanmelden voor 18 oktober.



DE KLEINE AARDE

een geschikte locatie voor vergaderingen, beleidsdagen, recepties of feesten

- overnachtingsmogelijkheid voor maximaal 20 personen
- wij verzorgen uw lunch of diner
- programma's op maat
- het hele jaar door rondleidingen en excursies

Voor meer informatie en boekingen:

Joost Andrik
De Kleine Aarde
Postbus 151
5280 AD Boxtel
Tel. 0411 684921

HERAWOOL

Herawool schapewol, een nieuw produkt van Heraklith, met de volgende voordelen:

Schapewollen-isolatiemateriaal

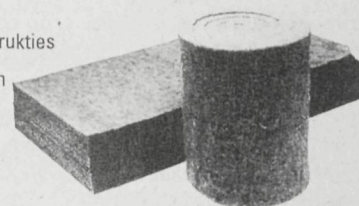
- natuurlijk isolatiemateriaal uit een grondstof die weer aangroeit
- uitstekende warmte-isolatie, prettig te verwerken
- vochtregulerend effect op het binneklimaat, dus een gezond woonklimaat

recyclebaar, geen afvalprobleem geluidsisolerend en absorberend

„Nadenken!
Anders denken!
Met de natuur leven!”

Toepassing:

- thermische isolatie bij dak- en wandkonstrukties
- akoestische isolatie van scheidingswanden
- als akoestische deken op systeemplafonds



Heraklith Nederland B.V.
Postbus 142
1400 AC Bussum
Tel. 035-6936096
fax 035-6916864

Heraklith

WINKEL & VERZENDHUIS VOOR MILIEUVRIENDELIJKE PRODUKTEN

MORSTRAAT 41 2312 BL LEIDEN TEL.071-512 52 91

DE NIEUWE EIGENAAR
DAVID VAN DONGEN
GEEFT GRATIS ADVIES OVER:



HET MILIEU VRAAGT OM GEBRUIK VAN MILIEUVRIENDELIJKE PRODUKTEN.

KLEDING
COSMETICA
NATUURVERF
KRINGLOOPAPIER
SCHOONMAAKMIDDELEN

DE KELTENHOF

NATUURLIJKE VASTEPLANTENKWEKERIJ

Nú investeren in een weelderig voorjaar:

bollen voor verwildering

Ook verzending mogelijk, bestellijst GRATIS.
Openingstijden: do. t/m za. van 9.00 tot 17.00 uur en na afspraak.

De Keltenhof gebruikt geen bestrijdingsmiddelen en is selectief in het gebruik van meststoffen.

Wijksestraat 25, 6617 BX BERGHAREN.
Tel./fax: (0487) 532176



Voor de snelle beslissers:

Opleidingsinstituut Kraaybeekerhof
begint deze maand met de opleidingen:

- Voeding en Diëtetiek in natuurvoedingsbranche, (bijscholingscursus voor voedingsvoorlichters.)
- Natuurlijke leefwijze, (biologisch eten, vegetarisch koken, homeopathie, schoolkeuze.)
- Ondernemersopleiding Natuurvoeding, (voor winkelmedewerkers en ondernemers met wettelijk erkend AOV-diploma.)
- Persoonlijke Groei, (beroepsheroriëntatie, biografie en "een draai aan je leven geven".)
- Diverse Biologische-Landbouwopleidingen, van praktiserend boer, omscholing-kaderfunctie tot "is landbouw wat voor mij?"

Vraag snel nadere informatie bij
Studiecentrum Kraaybeekerhof, Postbus 17,
3970 AA Driebergen. Tel. 0343-512925.

“JE EIGEN AARDE”

203000 m² grond te koop aan de westkust van de Algarve.
Natuurgebied.

Bouwvergunning aanwezig. Per auto 30 minuten van Lagos, 12 minuten van Aljezur. Diverse stranden op loopafstand.

Vraagprijs ± f325.000,=.
Informatie tel. 00-351-82799130.

KRITISCH CONSUMEREN

Koffie verkeerd?

Kritisch Consumeren, het blad van de Alternatieve Konsumenten Bond AKB, steunt u bij de keuze van zuivere koffie en andere produkten. De AKB geeft u actuele informatie over produktie en producenten. Kies voor produkten zonder bijmaak. Maak voor een proefabonnement f8,- over op giro 763229 t.a.v. AKB-A'dam o.v.v. A7/proefabo.

Meer informatie:
020-686.33.38

MEMOIRES VAN EEN NATUURGENEZER.

Dit is een belangrijk boek voor mensen die ongeneeslijk ziek zijn verklaard door de medici. Uit dit boek kan men leren dat de kans op genezing nog niet is verloren. Hoe eigen levenskrachten kunnen worden vernietigd en hoe men nieuwe levenskrachten opnieuw kan opbouwen. Waarom sommigen wel genezen van een ernstige aandoening en anderen ziek blijven. Hoe men ziekten kan overwinnen zonder pijnstillers. Hoe een ziekte ontstaat en wat men verstaat onder ongeneeslijke ziekten. Na het lezen van het boek zult u beter kunnen begrijpen waarom zoveel mensen te vroeg het aardse leven verlaten, en waarom de tabak- en de hennep-plant geneesmiddelen zijn en een weldaad voor de mens. Ook kunt u kennis nemen van "de keuzevrijheid in de gezondheidszorg", "alternatieve medicijnen juridisch beschouwd" en "het geheim van de gezondheid" en talrijke nieuwe ontdekkingen die nog nooit werden gepubliceerd. Een fantastisch boek met (achtergrond) informatie, dat u de weg wijst om zelf te beslissen over uw lot, indien uw gezondheid in gevaar komt en uw leven op het spel staat. Zo kunnen veel ellende en verdriet voorkomen worden. Het uur van de keiharde waarheid in een ophefmakend boek dat de wereld veroverd met boeiende ontdekkingen en genieuze onthullingen, belicht door een uitzonderlijk begaafde vakmens die door een roeping op magistrale wijze ziekten als aids, kanker, leukemie, reuma, hart- en vaatziekten kan overwinnen. Dit boek is van onvergankelijke betekenis en mag in niet een boekenkast ontbreken van degenen die nu eens het fijnste ervan willen weten en die voor velen een plaats zal veroveren in de wereld van de bewustlevende mens. MEMOIRES VAN EEN NATUURGENEZER, Uitgeverij: Sanatura, Melkweg 18, 1622 BA Hoorn. Tel. 0229 211714. Prijs 42 NLG/925 BFR + de portokosten resp 7,50/150 overmaken op rek nr 32 97 88 647 Rabobank (NL).

HANSON CENTRAAL STOFZUIGSYSTEEM

Voor comfort in een schoon en gezond huis.

- * Met een centraal stofzuigsysteem zuigt u **geruisloos, sneller en schoner** en u hoeft geen stofzuiger meer te slepen of de trap op of af te dragen.
- * **Last van allergiën of astma?**
Het centrale stofzuigsysteem verwijdert in tegenstelling tot de ouderwetse stofzuiger, die het fijne stof en bacteriën de ruimte weer inblaast, alle stof en bacteriën niet alleen uit de ruimte, maar uit het hele huis.
- * **Eenvoudig in bestaande en nieuwbouw woningen aan te leggen.**

Vraag vrijblijvend informatie- en installatiebrochure aan, of vraag een vrijblijvende offerte.

HANSON TRADING B.V., Postbus 2, 6690 AA Gent
Nieuwe Pas 7, 6686 BJ Doornenburg.
Tel.: 0481-424812/Fax: 0481-424818.



179 / AUG.-SEPT.

bres

PSYCHODRAMA NU
REISDEN DE SFINXEN NAAR INDIA?
DE ZES DIMENSIES VAN DE

Kende Mulisch Gurdjieff?

En verder met o.a.:

- Meditatie en therapie
- Psychodrama nu
- Interview met Karen Hamaker
- Reizen de sfinxen naar India?
- Een Sikh-healer over zijn school
- Trepanatie: gaatje in je hoofd ...
- De I Tjing en de zes stadia van bewustzijn

**Onafhankelijk tijdschrift over
keerpunten in mens en cultuur**

verkrijgbaar bij de tijdschriftenhandel
144 pag., f 14,50 / abonnement f 72,50
Een uitgave van Bres bv, tel. (020) 624 34 42

Lichaam & Geest

Beurs voor
bewust,
gezond en
spiritueel leven

Informatie & inschrijving: Organisatie Groep Zuid bv
Postbus 24062,
3502 MB Utrecht,
tel. 030 - 2886350

Lezingen Standhoudersmarkt Workshops

9 & 10 november

geopend van 10.00 - 18.00 uur

Beursgebouw Eindhoven

Lardinoisstraat 8

UITGAVEN VAN DE KLEINE AARDE

(alle prijzen onder voorbehoud)

De Kleine Aarde Kok Hans Donderwinkel.

48 pag. Pb. f 21,50/Bf 430.

Jakkes, eikels! Peter Kouwenhoven. 48 pag. Geb. f 21,50/Bf 430.

Jakkes, wat een weer Peter Kouwenhoven.

48 pag. Geb. f 11,50/Bf 230.

Jakkes, vogelpoep! Peter Kouwenhoven.

48 pag. Geb. f 11,50/Bf 230.

Je eigen moestuin Peter Kouwenhoven.

48 pag. Geb. f 11,50/Bf 230.

Een potje pindakaas Lespakket 11-13 jr. f 13,75/Bf 275.

Een spoor van paardemest Mariët Meester.

112 pag. Pb. f 16,50/Bf 330.

Mijn Paradijs Heinz Erven. 120 pag. Pb. f 16,50/Bf 330.

Tuinboek van De Kleine Aarde Peter van der Ven e.a.

104 pag. Pb. f 29,-/Bf 580.

Gezond fruit telen Joke Bloksma. 96 pag. Pb. f 23,70/Bf 464.

Bouwboek van De Kleine Aarde Kees Haakman

64 pag. Pb. f 23,75-/Bf 475.

Groentekalender Poster met seizoensgroenten f 17,-/Bf 340.

Alternatieve voeding voor zuigeling en peuter f 13,75/Bf 275.

Anders eten in instellingen Voor koks. f 27,50/Bf 550.

Aarde en duurzaam voedsel Tien posters f 32,50/Bf 650.

Tijd om te leven Hans Achterhuis e.a. f 8,-/Bf 160.

Tuinen van overvloed Fransje de Waard. f 55,90/Bf 1118.

DKA-donateurs: f 44,70/Bf 894.

Consument en biologische landbouw Ben te Raa. f 15,-/Bf 300.

Naar een gezonde landbouw Kees Bakker e.a. f 8,-/Bf 160.

Autoboekje Thijs de la Court. f 8,-/Bf 160.

Hergebruiketickets 60 stuks f 5,50/Bf 110.

ECOLOGISCHE ALTERNATIEVEN

Leuke doe-het-zelf boekjes voor een schappelijke prijs. Zeer geschikt als cadeautje! Ecologische Alternatieven zijn vierkant (15 x 15 cm) en tellen 36 tot 52 pagina's. Verkrijgbaar:

Zelf kippen houden - Innemen en bewaren - Babyvoeding

- Wijn uit eigen tuin - Brouw bier voor je plezier - Spuiten

maakt ons giftig - Jam maken zonder suiker - Brood uit

eigen oven - Doe het thuis - De Nieuwe Hollandse keuken

- Keukenkruiden - Haute Couture van gebruikte kleding -

Maak wat van snoeihout - Lekker bakken zonder suiker -

Schik in schapen - Toetjes zonder suiker - Sap maak je

natuurlijk zelf - Anders eten voor diabeten - Een konijn

op eigen terrein - Granen op tafel - Leef gerust milieube-

wust - Zuivel - Bijen - De Groene Keuken - Hete Bliksem!

- Hartige Taarten - De NatuurRijke Tuin (f 13,-

/Bf 260) - Zelfgemaakte compost (f 13,-/Bf 260).

De boekjes kosten f 10,50/Bf 210 per stuk, tenzij anders vermeld.

VIDEOBANDEN (max. 40 min.).

NIEUW! Duurzaam bouwen en wonen (20 min.)

De nieuwste technieken van duurzaam bouwen. Bouwmateriaal, waterhuishouding, zonnecellen, vegetatiedak, binnenklimaat en veel meer. f 67,50/Bf 1350.

Voeding en milieu (18 min.) Ecologische voeding en de Schijf van Vier. f 67,50/Bf 1350.

Grondsoorten (30 min.) Eigenschappen en consequenties voor land- en tuinbouw van de grondsoorten klei, zand en veen. f 67,50/Bf 1350.

Ecologisch tuinieren (30 min.) Tips over en algemene principes van milieuvriendelijk tuinieren. Vooral voor mensen met een moestuin. f 67,50/Bf 1350.

De Kleine Aarde (17 min.) Visie van De Kleine Aarde op landbouw, voeding en ontwikkelingsproblematiek. f 67,50/Bf 1350.

Bestellen?

Maak het bedrag over op giro 52730 t.n.v. De Kleine Aarde in

Welkom op De Kleine Aarde

Het terrein van De Kleine Aarde, enkele hektares groot, is vrij toegankelijk voor bezoekers van zonsopgang tot zonsondergang. Er zijn paden, die zo zijn uitgezet dat iedereen kan rondwandelen. Groepen, scholen, verenigingen en andere groepsverbanden zijn van harte welkom voor een excursie. Het thema kan door de bezoekende groep zelf worden bepaald. Voorafgaand aan de excursie schenkt De Kleine Aarde koffie en thee.

Programma

Het programma duurt twee-en-een-half uur. Een korter programma is mogelijk. In dat geval krijgt de groep alleen een rondleiding van anderhalf uur. Ook kan De Kleine Aarde het eten en drinken verzorgen. Elk programma is uit te breiden met een lunch of diner.

Een speciaal programma is er voor scholieren. Leerlingen kunnen een diaserie over De Kleine Aarde bekijken en krijgen een korte inleiding over het werk van het Buxtels milieuwerk. Daarna volgen er buiten opdrachten op het gebied van voeding, energie,

bouwen en wonen, dieren, planten en mest. Een voorwaarde voor schoolbezoek, is dat de leerlingen al vooraf in de klas informatie krijgen over De Kleine Aarde. Informatie wordt daarom nog voor het bezoek naar de school opgestuurd.

Ook voor groepen die voor langere tijd naar De Kleine Aarde komen, kan er in overleg een speciaal programma worden gemaakt. De prijs hiervan is afhankelijk van de groepsgrootte en het programma.

Individuele rondwandeling

Een doe-het-zelfrondleiding is een makkelijke, ongedwongen manier om kennis te maken met De Kleine Aarde. Individuele bezoekers kunnen in alle rust het terrein bekijken en krijgen desgevraagd de sleutel van de Pyramidewoning mee om deze van binnen te kunnen zien.

In de Bezoekerscentrum is te zien wat De Kleine Aarde nog meer doet. Alle boeken en brochures, die De Kleine Aarde jarenlang zelfstandig heeft uitgegeven, liggen hier overzichtelijk bij elkaar en zijn aangevuld met uitgaven van verwante organisaties. Vaak tegen zachte prijzen!

Openingstijden en routebeschrijving

De Kleine Aarde is gevestigd aan Het Klaverblad 1 in Buxtels. Het Bezoekerscentrum is tot 1 november elke dag geopend van 11.00 tot 17.00 uur. Na die datum is het alleen op werkdagen open. Het Bezoekerscentrum is te bereiken

per trein...

Elk half uur stoppen treinen uit de richting Eindhoven, Den Bosch en Tilburg. Vanaf het station is het een half uur lopen. Wandel de Stationstraat in. Bij het postkantoor linksaf, de Prins Bernardstraat in. Aan het eind van deze straat rechtsaf de Baroniestraat in. Loop rechtdoor door de Vicaris van Alphenstraat en de Schijndelse weg. Na het benzinstation linksaf, Munsel in. De eerste weg rechts is Het Klaverblad.

...(trein)taxi,

Vanaf het station rijden (trein)taxi's. Telefoon: 0411-683384.

fiets...

Vele fietsroutes leiden naar De Kleine Aarde. U kunt bij de fietsenstalling van station Buxtels een fiets huren. De stalling sluit op werkdagen om 19.45 uur.

... of auto.

Vanaf Den Bosch richting Eindhoven, afslag Buxtels-Noord. Vanaf Eindhoven richting Den Bosch, afslag Buxtels. Uit Buxtels richting Schijndel. Na het benzinstation op de Schijndelse weg linksaf, Munsel in. De eerste weg rechts is Het Klaverblad.

KORT

BEAR - Sinds kort presenteert Bear Architecten uit Gouda zich op Internet. Buro Bear, ontwerper van de nieuwbouw van De Kleine Aarde, heeft verschillende pagina's gemaakt over het bezoekerscentrum. Op de pagina's brengt Bear ecologische aspecten aan het gebouw in beeld, waaronder de zichtbare kringlopen (water, energie, afval en voeding) en de gebruikte materialen. Verder geeft Bear met tekeningen toelichting op het hele ontwerp. Door het maken van een *hyperlink* zijn de pagina's te bezichtigen op de homepage van De Kleine Aarde. Het Internet-adres is <http://dekleineaarde/pz.nl>.

LINK - Het computerblad Link/worldonline, één van de meest gelezen tijdschriften over Internet, heeft de homepage van De Kleine Aarde geplaatst bij de 120 beste Nederlandstalige websites. In het overzicht staat De Kleine Aarde tussen de sites van Jiskefet en Jos Verstappen. Overigens behoort ook de homepage van Vereniging Milieudefensie tot de favorieten van Link-redactie.

Fiets-chipcard in Drienerlo

Het Twentse Drienerlo is het decor voor een experiment van de Fietzersbond ENFB met een 'fiets-chipcard'. Als het plan gerealiseerd wordt, kunnen treinreizigers op het nieuwe station van Drienerlo heel makkelijk met deze chipcard een leenfiets uit een fietskluis halen.

De kluis kan met de kaart worden geopend. Het kluisstelsel is zo gemaakt dat dit de fietsgebruiker herkent, omdat zijn of haar persoonlijke gegevens in de chipcard zijn vastgelegd. Het stelsel 'weet' dus, indien de fiets niet wordt teruggebracht, wie welke fiets geleend heeft.

Het nieuwe station ligt op een ideale fietsafstand van de Universiteit Twente. Op de leenfiets kunnen universiteitsgangers makkelijk overal op de campus komen, terwijl de bus maar op enkele plaatsen komt, zo meent de ENFB. De chipcard is vooral bedoeld voor mensen buiten de regio. Als de universiteit deze mensen vooraf een chipcard toestuurde, kunnen ze op de dag van aankomst een fiets uit de kluis halen. Met dit stelsel hoopt de bond het fietsgebruik verder te stimuleren en het stelen van fietsen op stations terug te dringen.

Vragen aan Anneloe Rijkema

Wat is spelt? Kan ik daar brood van bakken?

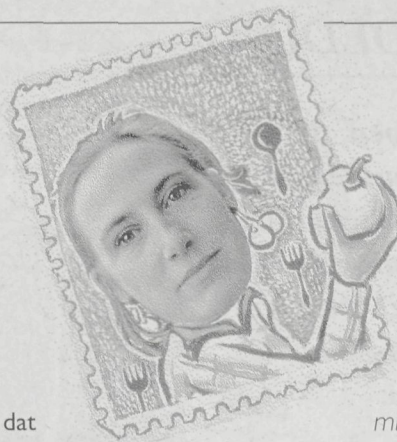
Spelt is een oud tarweras, dat voornamelijk in Duitsland wordt geteeld. Een andere naam isinkel. Spelt is minder gecultiveerd dan de tegenwoordig gebruikte rassen. Daardoor bevat het waarschijnlijk wat minder gluten, maar meer eiwitten dan gewone tarwe. De smaak is sterker. Spelt wordt soms aan soep toegevoegd vanwege de lekkere smaak. Je kunt brood bakken van spelt, alleen moet het deeg langer rijzen. Sommige bakkers verkopen spelt-brood.

Kan ik spelt gebruiken bij allergie voor tarwe?

Als je geen tarwe kunt verdragen, maar wel andere granen, zoals haver, rogge en gerst, dan kun je waarschijnlijk ook tegen spelt. Wissel wel af met andere, liefst glutenvrije granen als boekweit, rijst en maïs.

Wat is bise-meel?

Wanneer alle deeltjes van de tarwekorrel aan meel zijn toegevoegd, heet tarwe-meel volkorenmeel. Naast het zetmeel zit ook de kiem en de zemel erin. Om fijner gebak of een saus te maken, verdient een lichter meel de voorkeur. Bise-meel is zo'n variant. Niet de hele, maar een gedeelte van de zemel en kiem komt in bise-meel voor. Bise-meel bevat meer vitamines en mineralen dan bloem, dat voornamelijk het zetmeel van de tarwekorrel bevat. Ook van bise-meel kan brood worden gebakken. Brood van bise-meel heet gebuild of Lemaire-brood. Er zijn verschillende varianten te koop. Het meel ligt in de winkel als Lemaire-meel, gebuild meel of bise-meel.



Klopt het dat soja kan zorgen voor een tekort aan mineralen of spore-elementen?

Soja bevat veel voedingsstoffen, maar ook verbindingen die de opname van voedingsstoffen kunnen belemmeren. Eén van deze verbindingen, fytinezuur, vermindert de opname van eiwitten, mineralen (zink, ijzer, calcium, magnesium) en spore-elementen (waaronder koper). Fytinezuur laat zich niet onschadelijk maken, ook niet door verhitting. Bij andere remmende stoffen zoals trypsine-remmers heeft verhitting wel een positief effect. Bij gisting of bewerking door middel van schimmels en bacteriën blijkt de werking van fytinezuur te verminderen. Dit gebeurt in min of meerdere mate bij de bereiding van tempeh en sojasaus.

Wat is het verschil tussen yomio en yoghurt?

Yomio is de naam van een zuivelproduct. Het ontstaat door (volle) melk aan te zuuren met de bacteriën *Lactobacillus acidophilus*, *Bifidobacterium bifidum* en *Streptococcus thermophilus*. Yomio mag geen yoghurt worden genoemd. Voor de benaming yoghurt moeten specifieke bacteriën worden gebruikt, namelijk *Lactobacillus bulgaricus* en *Streptococcus thermophilus*. De overeenkomst is dat beide biocultures uit melkzuurbacteriën bestaan, die gedeeltelijk melksuiker omzetten in melkzuur. Melk wordt hierdoor dikker en zuurder en krijgt het een specifieke aroma. Yomio heeft een mildere smaak dan yoghurt en lijkt meer dan yoghurt op biogarde, bioghurt en bio-roer. Deze namen zeggen overigens niets over het gebruik van biologische zuivel, maar iets over rechtsdraaiend melkzuur.

Vragen naar De Kleine Aarde, Postbus 151, 5280 AD Boxtel.

Pompoen in de soep, door de stoofpot of het pannenkoekbeslag. Het kan allemaal. Wat te denken van een milde pompoencompôte? De Kleine Aarde geeft verrassende pompoenrecepten.

ANNELOE RIJKEMA

Verrassingen met pompoen

Pompoen hoort, net als courgette, patisson en meloen, tot de familie van de komkommerrachtigen. De bekendste pompoenfamilie is de Hokkaido. De oranje en groene variant ligt meestal in de Nederlandse schappen. De smaak van de pompoen is neutraal, al kan de ene wat zoeter smaken en de andere wat nootachtiger. De groente bevat veel vitamine C, ijzer en caroteen.

De Vereniging Ekologische Leef- en Teeltwijze (Velt) geeft een receptenboekje uit waarin verrassende dingen met de Halloween-vrucht worden gedaan.

Pompoen kan in de soep, door de stoofpot, in de groentetaart en smaakt heerlijk uit de oven. Pompoen is ook geschikt in zoete gerechten: wat te denken van een milde pompoencompôte? De Kleine Aarde geeft een selectie van verrassende pompoenrecepten van Velt. Per recept staat beschreven voor hoeveel personen het geschikt is.

Pompoen-blauwschimmelkaassoep

(8 tot 10 personen)

- 1 kg pompoen
- 200 g blauwschimmelkaas
- 2 l kruiden- of kippenbouillon
- 1 potje zure room
- 1 bosje bieslook of 1 kleine prei

Was de pompoen. Schil hem alleen als de



schil donkere, zwakke plekken heeft. Halveer de pompoen en lepel de pitten eruit. Snijd de pompoen in repen en daarna in blokjes. Kook de pompoen in bouillon in 20 minuten gaar. Pureer de pompoen met een staafmixer of haal deze door een roerzeef. Voeg hierna de in blokjes gesneden blauwschimmelkaas toe. Verwarm de soep en meng voorzichtig de zure room erdoor. Hierna de soep niet meer verhitten. Garneer de soep met fijngeknipte bieslook of met heel dun gesneden prei.

Stoofpot met curry

(4 personen)

- 1 middelgrote pompoen
- 2 uien
- 2 eetlepels zonnebloemolie
- 2 eetlepels kerriepoeder of masala
- 2 bolletjes stengember of een stukje gemberwortel (1½ cm)
- 1 appel
- chilipoeder naar smaak
- zout
- 1½ dl water

Maak de pompoen schoon en klein zoals in het eerste recept wordt beschreven. Pel de uien en snijd ze in ringen. Verwarm de olie in een braadpan en fruit hierin de

uien met de kerriepoeder. Voeg de blokjes pompoen toe en laat ze even meebakken. Snijd de gemberbolletjes fijn of rasp de gemberwortel. Snijd de appel in blokjes. Voeg ze samen met de gember, chilipoeder en zout toe aan het mengsel. Voeg het water toe en laat het geheel 15 tot 20 minuten stoven (met de deksel op de pan).

Serveer deze curry met gekookte rijst en een salade.

Pompoen in sherrysaus

(6 personen)

- 1 kg pompoen
- 3 uien
- 40 g boter
- 50 g zonnebloempitten
- 2 dl droge sherry (of appelsap)
- 3 gedroogde vijgen
- ½ theelepel geraspte citroenschil
- 1¼ dl slagroom
- worcestersaus
- zout en peper
- snuffje nootmuskaat
- eventueel wat maïzena

Maak de pompoen schoon en klein zoals in het eerste recept wordt beschreven. Pel de uien en hak ze grof. Smelt de boter in de pan en bak hierin de uien samen met de zonnebloempitten. Voeg de in blokjes gesneden pompoen toe en schenk hierover de sherry of ander vocht. Snijd de vijgen klein en voeg deze samen met de geraspte citroenschil toe aan het mengsel. Laat het geheel 20 minuten stoven met het deksel op de pan. Voeg al roerend op het laatst de slagroom toe. Maak het geheel op smaak met worcestersaus, zout, peper en nootmuskaat. Bind het geheel bij als het dun is met wat aangemaakte maïzena.

Pompoenschijven uit de oven

(4 personen)

- ½ middelgrote pompoen
- 100 g sesamzaad
- 1 ei
- zout en peper
- boter of olie

Maak de pompoen schoon, verwijder eventueel de taaie schil en verwijder de pitten. Snijd er schijven van, van 1 à 1½ cm dikte. Blancheer die gedurende 5 minuten in kokend water. Laat ze uitlekken

en wentel ze door het sesamzaad. Klop het ei met peper en zout los en wentel de pompoenplakken met sesamzaad erdoor. Wentel ze tenslotte nog eens door het sesamzaad. Leg ze op een met boter of olie bestreken bakblik en bak ze in een voorverwarmde oven (250°C) in 20 à 30 minuten.

Serveer deze pompoenplakken met rijst en een saus (bijvoorbeeld zoetzure paprikasaus).

Pannenkoeken met pompoen

(beslag voor 15 à 20 pannenkoeken)

1 kg pompoen
1 liter melk
15 g verse gist
3 eieren
250 g bise-meel
olie of boter
rietsuiker of honing naar smaak
zout naar smaak

Maak de pompoen schoon en snijd deze in blokjes. Kook de pompoen 20 minuten in wat water. Doe de pompoen door een roerzeef. Voeg er melk, gist, eieren en meel aan toe. Laat het geheel 45 minuten rijzen op een warme, tochtvrije plek. Voeg daarna de boter of olie, eventueel rietsuiker en zout toe. Laat het geheel weer zo'n 45 minuten rijzen en bak er daarna pannenkoeken van, in weinig boter of olie.

Zoete Franse pompoentaart

Voor het deeg:

250 g bise of lemaire-meel
2 eierdooiers
125 g boter
1 theelepel zout
3 à 4 eetlepels koud water

Voor de vulling:

200 g pompoen
100 g bise of lemaire-meel
1/2 liter melk
60 g boter
60 g rietsuiker
6 eieren
1 eetlepel rum

Maak het deeg van het bise-meel. Doe in het midden de eierdooiers, de blokjes koude boter en het zout. Voeg het koude water toe en kneed het deeg tot een samenhangend geheel. Maak een bal en laat deze twee uur in de koelkast rusten. Rol

het deeg daarna uit op een met meel bestoven oppervlak en bekleed hiermee een geprepareerde springvorm van 28 cm Ø. Maak de vulling van blokjes schoongemaakte pompoen, die 20 minuten in een bodem water gekookt zijn. Roer de gare pompoenblokjes tot moes en meng ze door het bise-meel. Voeg de melk toe. Meng de boter en suiker en breng dit al roerend aan de kook. Roer van het vuur af de eieren stuk voor stuk erdoor. Voeg de rum toe en vul hiermee de beklede taartvorm. Bak de taart in een voorverwarmde oven op 180 °C, in het midden van de oven in 35 minuten.

Zuidamerikaanse pompoentaart

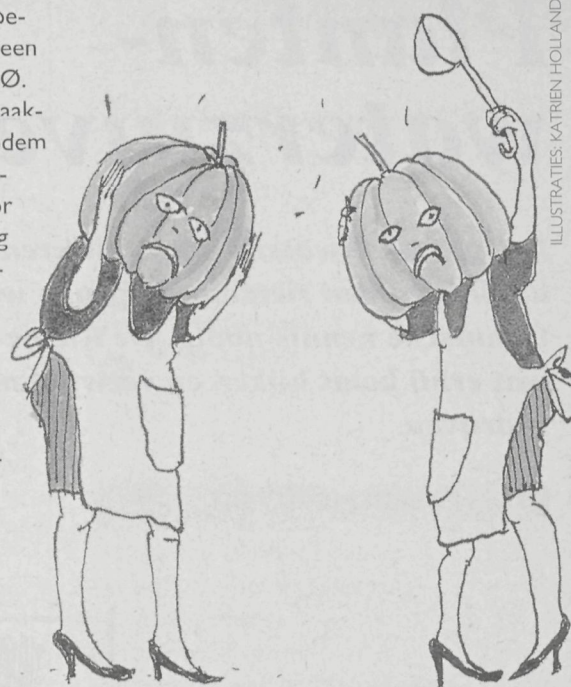
500 g schoongemaakte pompoen
100 g rozijnen
350 g boter
300 g suiker
4 eieren
500 g bise- of lemaire-meel
1 zakje bakpoeder
1 afgestreken eetlepel kaneel
beetje nootmuskaat
beetje kruidnagelpoeder
citroenschil
zout
3/4 dl melk

Snijd de pompoen in blokjes en kook deze 20 minuten. Laat ondertussen de gewassen rozijnen wellen. Roer de gare pompoen tot moes. Meng de pompoenmoes met boter en suiker. Klop de eieren los en roer ze door het mengsel. Zeef het meel en voeg er de bakpoeder, kaneel, nootmuskaat, kruidnagelpoeder, wat geraspte citroenschil, het zout en de gewelde rozijnen aan toe. Doe dit mengsel door het pompoenmengsel en roer het luchtig door elkaar. Voeg eventueel wat melk toe als het geheel te droog lijkt. Stort het mengsel in een geprepareerde springvorm 28 cm Ø en bak deze een voorverwarmde oven (180°C) gedurende 45 minuten. Laat de taart langzaam afkoelen, dus in de oven.

Pompoen-marmelade

(2 à 3 potten van 450 g)

600 g pompoen
2 sinaasappelen
250 g honing
Marmello



ILLUSTRATIES: KATRIEN HOLLAND

Maak de pompoen schoon en verwijder de slechte delen. Verwijder de pitten met een lepel en snijd de pompoen in blokjes. Kook de pompoen in een bodempje water. Maak ondertussen de sinaasappelen schoon en snijd ze met schil en al in stukjes. Voeg dit aan de kokende pompoenmoes toe. Voeg ook de honing toe en laat het geheel dan nog 5 minuten doorkoken. Maak de potten goed schoon met soda, spoel ze met heet water na en laat ze uitdruipen. Vul de potten met pompoenmarmelade en sluit ze direct af. Zet ze op de kop en laat ze afkoelen.

Gebruik Marmello om het geheel te laten geleren. Toevoegen volgens de aanwijzingen op de verpakking.

Meer recepten?

Bij De Kleine Aarde verscheen het info-blad *Wat te doen met pompoen*. Voor f 1,50 (excl. verzendkosten) te bestellen bij De Kleine Aarde., tel. 0411-684921. Het boekje *Pompoenrecepten* van Vereniging voor Ekologische Leef- en Teelwijze (Velt), is voor f 3,95 (excl. verzendkosten) te bestellen bij Velt in Gemert, tel. 04923-65222.

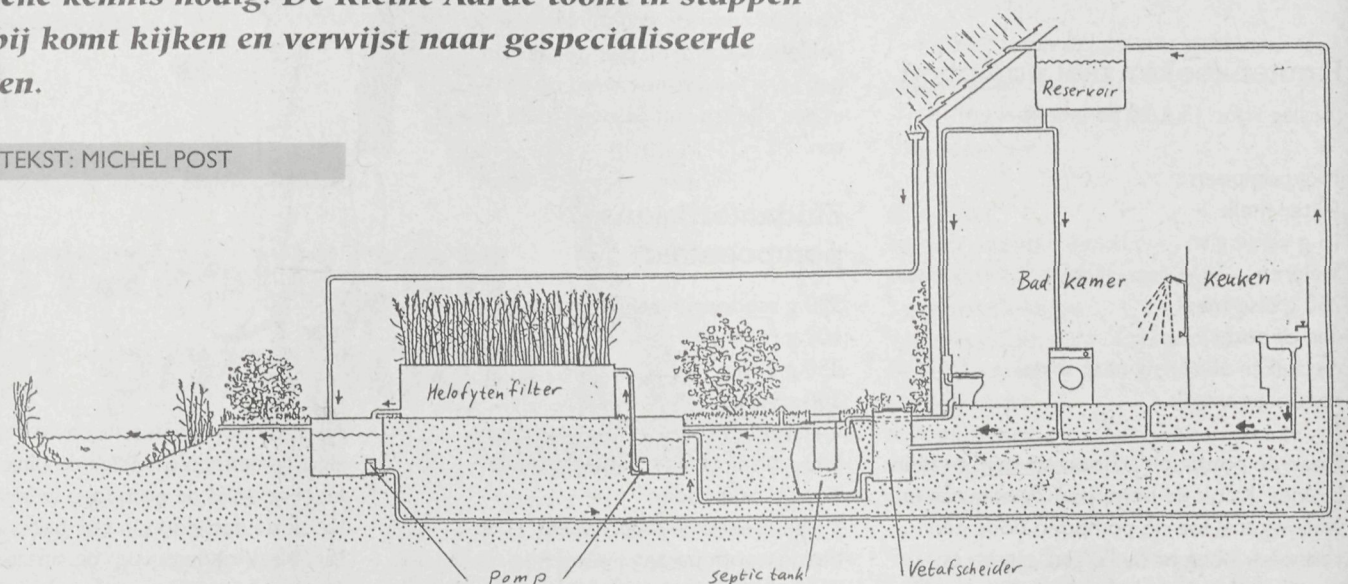
Fouten

In het recepten in het zomernummer (nr.97) zijn enkele fouten gesloepen. Walnotentaart: 1 fl slagroom moet zijn 1 1/2 dl; appelnotenbrood: bak de cake in 1 fi uur moet zijn 1 1/2 uur.

Planten-waterzuivering

Je eigen afvalwater kun je zuiveren met planten. Voor het aanleggen van rietzuiveringen is wel veel installatietechnische kennis nodig. De Kleine Aarde toont in stappen wat erbij komt kijken en verwijst naar gespecialiseerde bedrijven.

TEKST: MICHÈL POST



Stap 1

In de woning moeten aparte afvoerbuizen voor toiletwater (zwart water) en het overige afvalwater (grijs water) komen. Het zwarte water stroomt naar een kleine, ondergrondse septictank van circa 250 liter per persoon. Voor het grijze water is een vetvangput nodig. Desnoods kan grijs en zwart water samenkomen in één grote septictank.

Stap 2

Na de septictank en de vetvangput komt het water samen in een pompput. Deze moet een inhoud hebben van minimaal de helft van de dagelijkse hoeveelheid afvalwater. In de pompput regelt een dompelpomp dat afvalwater twee keer per dag in de plantenwaterzuivering wordt gepompt. De leidingen moeten in verband met vorst minstens 50 cm onder de grond worden aangelegd.

Stap 3

Nu nemen planten de waterzuivering over. Het helofyten(waterplanten)filter bestaat uit een bak van één meter diep en een oppervlak van 3 tot 5 m² per persoon, met daarin een waterdichte wortelbestendige EPDM-folie. Onderin ligt een gecombineerde drainagebuis/beluchtingsbuis, die wordt afgedekt met een laag grind. Op het grind komt 60 cm fijn zand. Op het zand komt weer grind met daarin een buis met gaatjes voor aanvoer van het afvalwater. Het geheel wordt weer afgedekt met grind. In het grind worden rietplanten geplant.

Stap 4

Na de plantenwaterzuivering stroomt het water weg naar een vijver of sloot. Ook kan een opvangput worden geplaatst met daarin een pomp. Het gezuiverde afvalwater kan terug naar de woning en gebruikt worden voor toiletspoeling.

Bedrijven

Er zijn kleine bedrijfjes die zich hebben gespecialiseerd in het aanleggen van plantenwaterzuiveringen. Zij kunnen ook adviezen geven. BrinkVos, Ruinerwold 0522-482090; Ecofy, Oirschot 0499-574093; RIBA, Heerhugowaard 072-5722722; RietLand, Tilburg 013-5446599; RZN, Heerenveen 0513-628473.

Literatuur

Hoe het ook zonder riool kan, De Twaalf Ambachten, Bostel 1993, 0411-672621. *Naturnahe Abwasserreinigung*, Klaus Bahlo en Gerd Wach, Ökobuch, 1992, ISBN 3922964524.

Vragen aan Harrie Perebooms

Zorgt spouwmuur-isolatie echt voor veel energiebesparing?

Jazeker, want via een niet-geïsoleerde gevel verdwijnt veel kostbare energie. Zowel voor het milieu als voor uw portemonnee is isolatie dus nuttig. In een bestaand huis is het mogelijk een spouwmuur van buitenaf te isoleren door het (laten) inblazen van een isolerende substantie. Milieuvoorkeur hebben materialen op basis van natuurlijke en vernieuwbare grondstoffen. Cellulose-isolatie is een goed voorbeeld. Ook steenwol is een redelijk alternatief, vooral bij stenen muren. Af te raden zijn polystyreen (PS) en polyurethaan. Bij de productie en in de afvalfase (en bij brand!) komen giftige stoffen als broomverbindingen vrij. Bij spouwmuurisolatie van een nieuw te bouwen huis is de keuze aan natuurlijke materialen groter: kurk-, kokos- en celluloseplaten.

Waarom zuinig aan doen met drinkwater?

Al beweerde VEWIN-woordvoerder Vinke in de Telegraaf van 22 juni dat water een kringloopproduct is en dus niet op raakt, moeten we echt zuinig zijn met drinkwater! De waterwinning kost energie en geld, kan verdroging in de hand werken en voor zuivering zijn chemicaliën nodig. Waterbesparing veroorzaakt dus minder milieubelasting. Drinkwater wordt in ons land gebruikt voor alle toepassingen, ook de laagwaardige als toiletspoelingen. Dat houdt het grootschalige en steeds duurder systeem in stand dat nodig is voor massale productie van drinkwater en latere reiniging van vervuild water. In het belang van het milieu en de financiën van de consument zou die spiraal doorbroken moeten worden.

Welk hout is in milieu-opzicht het beste voor een vloer?

Er zijn veel mogelijkheden op dit gebied, van tweedehandsvloerdelen tot laminaat



en tropisch hardhouten parketvloer.

Een tweedehands vloer, vaak afkomstig uit een kerk, klooster of oud schoolgebouw is een goed voorbeeld van hergebruik. Vaak zijn die vloeren van hoge kwaliteit, al dan niet van hardhout. Er is momenteel veel belangstelling voor, waardoor de prijs voor deze vloerdelen enigszins omhoog gaat. Soms zijn ze alleen nog op bestelling te krijgen. Toch is het lonend; de prijs ligt altijd lager dan wat wat je betaalt voor een nieuwe vloer. Een vloer van nieuw hout is ook verantwoord, mits het gaat om inlands of Europees hout zoals eiken, esdoorn, lariks, vuren, grenen. Niet verantwoord is de keuze voor laminaat of tropisch hardhout. Laminaat is spaanplaat met een flinterdun toplaagje van kunststof. U haalt een mix van afval, lijm en kunststof in huis, die ook nog eens minder sterk is dan echt hout.

Ik wil een tuinpad aanleggen. Wat is uit milieu-oogpunt het beste?

Voor een verhard pad zijn gebruikte straatklinkers de beste keuze. Ze zijn bij verschillende leveranciers van bestratingsmaterialen te krijgen. Wilt u geen tweedehands materiaal, dan zijn tegels van gerecycled puin een verantwoorde keuze.

Met houtsnippers maak je een pad met een halfharde toplaag. Vaak zijn deze, al dan niet tegen betaling, te krijgen bij de gemeente. Houtsnippers moeten elke twee jaar aangevuld worden, omdat een gedeelte van de snippers composteert. Een andere mogelijkheid is een schelpenpad. Een natuurlijk materiaal dat, afgezien van de energie die nodig is voor winning en transport, weinig milieubelasting veroorzaakt. Bovendien ziet een schelpenpad er altijd fris en decoratief uit.

**Vragen naar De Kleine Aarde.
Postbus 151, 5280 AD Boxtel**

Op de vluchtstrook

met Kees Stip

Plantaardiger

*Van vlees at ik altijd voor twee.
Maar allebei stop ik ermee.
Als de vleeslijke lust
kan worden gesust
door soja, zo ja dan niet nee.*

Mijn kerncentrale

*Ik heb van een foeffe atomen
er één uit elkander genomen.
Dat vroeg energie
voor twee of voor drie,
waaraan ik niet toe ben gekomen.*

Alarm

*De lucht wordt verschikkelijk vuil.
Maar niet dat ik mopper of pruil.
Want op mijn dressoir
ligt mijn gasmasker klaar
waarin ik mijn rijmond verschuil.*

Verstedelijking

*Verstedelijkt zal hier de plek
waar ik naast een rustiek boerenhek
in het gras heb gezeten
5e Helmersstraat heten
of 16e Bart van der Leck.*

Het broeikaseffect

*Hoe klunzig door Kloos ook verwoord,
de zee klotst hier eindeloos voort.
De poolkappen smelten.
Wat sneu dat Hoog Elten
nu weer bij het buitenland hoort!*



De natuur als verffabriek

De filosofie van Auro-importeur Hans Claessens

PIET HEIN SCHELTENS

Het is toch van de zotte dat prachtige houten vloeren worden worden afgewerkt met keiharde, synthetische laklagen? In feite heb je dan een kunststofvloer, met daaronder hout. Met Auro blijft je vloer ademen. En daar gaat het toch om.'

De hele verfindustrie flirt met het milieu. In water opgeloste verven worden milieuvriendelijk genoemd. Hans Claessens, de Nederlandse importeur en groothandelaar van Auro-natuurverf, zegt daarover: 'Het klinkt mooier dan het in werkelijkheid is, want het blijft een synthetisch product en dus

chemisch afval. Ook al is de verf opgelost in water; je mag deze niet zomaar op het riool lozen. Helaas doen velen dat toch.'

Claessens vindt dat er een duidelijk 'chemisch' verschil is tussen synthetische en natuurlijke verf. Als de molecuulstructuur van de grondstoffen niet meer herkenbaar is, is het

product synthetisch. Een moeilijk hanteerbaar begrip voor de gemiddelde consument.

Onderdeel van het 'consequent ecologisch handelen' van Auro is de decentrale aanpak.

Grondstoffen, productie en afnemers moeten zo dicht mogelijk, liefst in de regio, bij elkaar zijn gebracht. Toch staat de fabriek in Duitsland. Claessens: 'Een fabriek in Nederland is nog niet haalbaar. Dan moet je hier eerst een markt hebben die vijf tot tien miljoen gulden per jaar opbrengt. Auro heeft inmiddels wel fabrieken in Zwitserland en Oostenrijk, die ook aan Italië leveren.' Samen met zijn vrouw vertegenwoordigt Claessens Auro in Nederland. Het stel kan van het werk redelijk leven.

Nieuwe klanten

Onder zijn klanten bevinden zich diverse natuur- en milieuclubs, zoals Greenpeace en De Kleine Aarde, maar ook het populaire antroposofische centrum Oibibio in Amsterdam en enkele progressieve verzekeringsmaatschappijen. Een recent project waar gekozen is voor Auro-producten is een vakantiepark in Herperduin, bij Ravenstein.

Claessens: 'Daar komen 21 ecologische vakantiewoningen, naar een ontwerp van de Bossche architect Renz Pijnenborgh, bekend van zijn begroeide daken. Er zijn al drie huizen klaar. Het is een voor Nederland uniek project.'

Er zijn nogal wat schilders die hun hele pakket bij Auro bestellen. Particulieren bellen regelmatig naar Naarden. Zij worden steeds meer op hun wenken bediend doordat er ruim dertig plaatsen in Nederland zijn, waar Auro-natuurverf verkrijgbaar is. Een betrekkelijk nieuwe beroepsgroep die steeds meer Auro-producten afneemt, is de houten vloeren-branché, de vakmensen die parket of vloerdelen vakkundig leggen.

Claessens: 'Het is toch van de zotte dat er prachtige houten vloeren worden gelegd, die zorgen voor een heel natuurlijke uitstraling - als het ware meeleven en mee-ademen met de gebruikers - en dat deze vervolgens worden afgewerkt met keiharde, synthetische laklagen? In feite heb je dan een kunststofvloer, met daaronder hout. Met Auro blijft je vloer ademen. En daar gaat het toch om.'

In de loop der jaren is het aantal Auro-producten fors gestegen. Inmiddels zijn er ruim honderd artikelen verkrijgbaar, waaronder verfproducten, glaceermiddelen, hobbylijm en sprookjeswol. Auro onderscheidt zich in informatie op de verpakking. Etiketten zijn geen etiketten meer maar uitgebreide 'technische informatie-bronnen'. Daarnaast zijn er bladen met specifieke productinformatie, technische mededelingen, referentielijsten, tips en informatie over verkooppunten en grondstoffen.

Sofisch

De wat zacht vloeiende letters in de naam Auro doen een wat 'sofische' achtergrond vermoeden, al lijkt het vignet ook veel op dat van een weinig sofische omroep waar het haar van de meeste omroepers wel goed zit. Claessens: Je hoeft uiteraard geen antroposoof te zijn om met onze producten te werken, maar het helpt misschien om tot die voorkeur te komen.' Auro heeft wel degelijk antroposofische roots. De Duitse firma Livos, waaruit Auro is ontstaan, is op haar beurt ontsproten uit een woongroep van antroposofisch geschoolden. In de ogen van deze lieden waren de felle primaire kleuren geen goede zaak voor kinderen die net hun zintuigen aan het ontwikkelen waren. De huidige grote man achter Auro, Dr. Hermann Fischer, liep als chemicus in spe een jaar lang stage in het laboratorium van

Livos. Bij hem was er sprake van zowel fascinatie als weerszin. Na het afronden van zijn chemie-studie op het onderwerp 'Ethische aspecten van het gebruik van natuurlijke stoffen' keerde hij terug naar Livos, waar hij uiteindelijk chef productontwikkeling werd. Hoofddoel was de producten voor een breed publiek geschikt te maken. Daar was niks mis mee, maar er onstonden toch interne problemen. Claessens: 'Stel je maar eens voor: je probeert zo integer mogelijk producten op basis van natuurlijke grondstoffen te slijten en dan mag je niet zeuren over het feit dat een reukloos product wel degelijk isofalifaten (aromaatvrije terpentine/red) van Shell bevat. Dit soort compromissen leidde tot een scheiding der geesten, daar kon je op wachten.' In 1983 vertrok Fischer bij Livos. Een jaar later begon hij zijn eigen bedrijf Auro, aanvankelijk via het verspreiden van zijn bedrijfsfilosofie en het houden van (meerdaagse) seminars. Zo bereikte hij honderden geïnteresseerden met zijn ideeën, waarin begrippen als zachte

chemie, openheid (over de ingrediënten), decentrale productie en kringloopsystemen centraal stonden.

Belangrijke aspecten bij milieuvriendelijke productie-methoden zijn tegenwoordig de keuze van de grondstoffen, het zo min mogelijk bewerken van producten, afvalpreventie en het weinige afval op een natuurlijke manier composteren. Als de Auro-producten langs de ecologische meetlat worden gelegd, scoren ze door deze methoden opvallend hoog. Grondstoffen komen uit de natuur, zoals harsen van bomen, oliën, bijenwas, mineralen en landbouwgewassen. Lijnolie, dat als bindmiddel wordt gebruikt bij de productie van verf, wordt verkregen via het persen van vlaszaden. Deze vlas komt voor tweederde deel van bedrijven in de directe omgeving van de fabriek. Van deze toeleveringsbedrijven mag zich zestig procent biologisch noemen. De rest is hard op weg dat te worden.

Auro Nederland Natuurverven, Postbus 5056, 1410 AB Naarden, 035-6945717.

Composteerbaar afvalslib

Het weinige afvalslib dat vrijkomt bij de productie-processen bij Auro (ongeveer 1 procent) werd tot voor kort aangeboden als chemisch afval. Auro heeft eind 1994 via een composteringsonderzoek van de firma PlanCoTec bevestigd gekregen wat zij steeds al verkondigd had: hun afvalslib is composteerbaar. Vanaf dat moment heeft Auro contact gezocht met composteringsbedrijven in de buurt van Braunschweig, waar het afvalslib nu wordt gecomposteerd. Conclusie van het onafhankelijke onderzoek was: 'Door bijmenging van Auro-afvalslib ontstaat geen beperking in het gebruik van de daaruit gemaakte organische compost.' Auro weet dankzij een zorgvuldige grondstofkeuze en -verwerking de hoeveelheid chemisch afval terug te dringen, ten gunste van compostproductie. 'Wie is de volgende?' daagt de verfirmporteur uit.



Regeladvertenties

TE KOOP

Degelijk verbouwde, zeer vrij gelegen **WOONBOERDERIJ** op 45 are, geschikt voor woongroep, meerdere leefeenheden, pension, ook voor gezin met bedrijf of conferentieoord; veel kleinfruit, ruimte voor kleinvee, groentetuin, kleine camping; kunstmestvrij, veel compost, krachstroom; nabij goed onderwijs, goed OV, fietspaden, snelweg A7. 't Pad 7, Niebert (Gn), Tel. 0594-549029 (privé), 050-5018341 (makelaar).

Wegens beëindiging van ons tuinbouw bedrijf, **TE KOOP** o.m. schoffeltuig, plantmachine, aardappelrooier en nog veel meer machines en dergelijke. Tel. 033-4619141.

Te koop: **ITALIË, Umbrie 1997**: Grote oude boerderij, woongedeelte gerestaureerd; mogelijkheid voor 2e wooneenheid; op 1500 m² grond, 200 m² grote 11 jaar biologisch bewerkte moestuin; f 180.000.- Brieven onder nr. RA 9801 TK.

Te koop: 100% katoenen futons, yoga en shiatsumatten, houten onderstellen, (bank)bedden, hangmatten en draagdoeken, elke maat handgemaakt, kom eens kijken of bel voor informatie: **KATJA FUTON**. Tel. 020-6852924.

AGA'S leverbaar van volledig nagekeken tot geheel opnieuw geëmailleerd, tevens voor onderhoud, reparatie en ombouw naar olie, gas of propaan. Tel. 0223-521981.

Brede grenen vloerdelen, 16, 19 of 21 cm breed (f 35,- p.m., incl. BTW), kamerdroog, evt. breder en in eiken. **BAX TERHEIJDEN**. Tel. f 076-5932188.

SPEKSTEENKACHELS en zelfbouw-tegelkachel van Piet de Vries voor gezond, schoon en zuinig houtstoken, tel. 0599-324229 Selligen (Gr.).

Ambachtelijk gemetselde fornuizen, finovens, saunakachels, warmtemuren en speksteenkachels. Kunstig en zinnig. **KLUSSUNKUNSTEN** Roland Voppel. Tel. 0547-351270.

Tweepersoons **HOOGSLAPER** met veel kast-ruimte eronder, wegens verhuizing te koop

aangeboden. Uitgevoerd in Douglas. Gemaakt door 'Houtwerk' in Hattem. Tel. 076-5140993.

Te koop: Antieke Zwitserse **TGELKACHEL** in goede staat, prijs f 1500,- p/a G. Boer Geestdorp 22, 3444 BD Woerden. Tel. 0348-413892, Fax: 0348-411211.

Z.W. Drente. Schattig **WOONBOERDERIJTJE** op prachtplek met 1,5 hectare grond. Ideaal voor paarden, kleinvee, tuinderij of kwekerij. f 395.000,- k.k. 0521-351332.

Wij verwachten een zeer ruime oogst van onze **WALNOTENBOOM**. Wie heeft belangstelling? Tel. 0487-572154/ 024-3551648/ 024-3541026.

Voor je gezondste relatie, -met moeder natuur, - pluk ik al 25 jaar **ONBESPOTEN** natuurfruit, -van appel tot kweeper. -Bel 0495-533395.

Te koop infrarood **SAUNACABINE**, de originele Health-mate, energiezuinig, 3 jaar oud, weinig gebruikt, was f 6500,-, nu f 3500,-. Gemaakt van cedarhout incl. radio-cassetterecorder. Tel. 020-6090419 (b.g.g. 020-6075147).

GEZOCHT

Zentrum Für Experimentelle Geschellschaftgestaltung. Het Patriarchaat Voorbij. Meedenkers en -doeners gezocht voor **ECOLOGISCH PROJECT**, BD en Permacultuur groente-tuin, div. cursussen, 80 km ZW-Berlijn. Busverbindingen tot Potsdam. Vraag informatie; ZEGG, Rosa Luxemburgstrasse 39, D-14806 BELZIG, Duitsland. Tel. 00-49-33841-59510, Fax 33841-59512.

Dringend gezocht in het buitengebied van Noord-Holland: eenvoudige woonruimte of plek voor een woonwagen. Martine, 24-jarige studente meubelmakersvakschool, 020-6641465/ 0545-481579.

TE HUUR/VAKANTIE

BED & BREAKFAST op De Kleine Aarde! Rond Boxtel valt genoeg te wandelen en te fietsen met als klapper een overnachting met ontbijt in de nieuwe, ecologisch gebouwde accommodatie van De Kleine Aarde. Prijs: f 37,- ppn. Info 0411-684 921.

Westerbork - 4 pers. **RECREATIEBUNGALOW**. Midden in de natuur, 1 km vanaf het centrum. Veel privacy, info: 0593-552272.

Midden **DRENTE** - 4 persoons appartement landelijk gelegen directe omgeving van natuurreservaat, fiets/wandelroute, vaarwater. Frans & Marja Willems, Tel. 0593-525488. We offer plot of land in Lithuania for rent. Leaseholder will get contract of long duration. Write to: Algirdas Sakalys, Birzelio 23-sios 5 - 29, Kaunas 3009, Lithuania.

Te huur: 3 houten woonwagens op stil en bijzonder plekje, omgeving Winterswijk. Comfortabele, doch sobere inrichting. Wandel- en fietsroutes aanwezig. Tel: 0543-563766.

Bungalowpark "DEN EN DUIN" in Norg (Drenthe), biedt u echte rust en ruimte in onze prachtig gelegen bosbungalows in een autovrij park. Bel 0592-613164. Wij sturen u graag onze folder toe.

VAKANTIE/REÛNIE/WORKSHOP, in sfeervol verbouwde boerderij in Drenthe, 6 ps. app. of groepsacc. ong. 14 ps., multifunctionele ruimten, met of zonder verzorging, vriendelijke prijzen. Folder: 0521-592058 (Dwingeloo).

Te huur in **SEVENUM N.L.** rustieke appartementen, 2-8 pers., cv, op oude boerderij in bosrijke omgeving. Voldoende recr. mogelijk in omgeving. Eigen natuurtuin met dierenweide en speeltoestellen. Inlichtingen: 077-4672593.

(Oudere) Jongeren **HOTEL "Huis aan de Rots"**. Sfeervol klein hotel gelegen in het prachtige Geuldal. Ideale plek om te wandelen, fietsen en te genieten van onze gezonde keuken met biologische en ecologische producten (ook vegetarisch). Vanaf f 45,- p.p/p.n. In nabijheid van Maastricht en Termae 2000. Geulhem, Zuid-Limburg, Tel. 043-6041912.

ITALIAANSE ALPEN, Ledomeer: vak. won. In sfeervolle boerderij in groot weiland, veel bos, schitterend wandelgebied, vanaf f 290,- p.w. Tel. 058-2159154.

Rustige, kleine camping in bosrijke, nog ongerepte **VOGEZEN**. Wandelen, fietsen, paardrijden. Ook caravans. Tevens appartementen en huizen in nabij gelegen dorp. Nederlandse beheerders. Tel. 0355414079 of 003329304447.

"T **ROOKS-HUUS**" in 't Woold, Achterhoek, app. en kamers voor L + O, veg. maaltijden (evt. ook vlees). Ook geschikt voor groep (met of zonder verz.) tot ong. 18 p. Zeer rustig! Schitterende natuur! Nabij het Scholte-pad. 't Gehele jaar open! Inl. + fol-der 0543-564491.

Wandelen op **GROEN SAMOS**, Griekenland. Villa Kambos, een landelijk gelegen hotel midden in een mooi en uitgestrekt wandelgebied en toch op loopafstand van het strand. Wijn, olijven en fruit van eigen land. f 350,- per week per kamer met ontbijt. Brochure, tel. 035-6949584

Te huur: **GROEPSWERKRUIJME** (40 m²) en cursusruijme (25 m²) in Centrum voor Persoonlijke Ontwikkeling De Deur. Voor dagdelen, weekends of weken. Wij bieden

de mogelijkheid tot verblijf en volledige verzorging. Aanwezig: slaapkamers, groepsslaapruimte, ontmoetingsruimte, land, dieren. Informatie: Jacques en Ineke, telefoon 0597-333290.

DWINGELOO (Dr.) Te huur: sfeervol 6 pers. vakantiehuis. Schilderachtig gelegen. Veel rust, ruimte en natuur. Inlichtingen: 0521-591317.

AGROTOERISME in Italië, boerenfamilie in Umbrië biedt luxe appartementen aan (prachtige omgeving). Men teelt biologisch en kookt traditioneel. Info: 0512-525693

Welkom in ons kleine **DORPSPENSION** Santepetout aan de Zeeuwse kust. Persoonlijke sfeer, stevig ontbijt, natuur rondom, Tonja en Willem, Tel. 0113-372199, Wissenkerke.

CURSUSSEN

CENTRUM DE DEUR verzorgt workshops vanuit Gestalt en Psychosynthese in september en oktober 1996, te weten: 5 t/m 8 september, thema: 'In contact'en 3 t/m 6 oktober, thema: 'Vasthouden en loslaten'. Voor informatie kun je bellen: Jacques en Ineke, 0597-333290.

BEWEGEN, beleven, begrijpen. Workshops over o.m. samenwerken, ontmoeten, kracht, de volgende stap, plantengroei. Folder, tel. 070-3106177.

DIVERSEN

Nieuw blad: 'GEZOND'. Inhoud: 'Soorten diëten' - 'Kiezen van een gezondheidszorg' - 'Je lichaam zuiveren, kan dat?' (inclusief lijst van vervuulende milieu-stoffen.) - 'Kinderen zelf bijles geven.' Bestel eerste nummer door overboeking van f 7.95 op giro 5578010 t.n.v. De Nederlandse - Huizen. Voor informatie: 035-5254690.

Centrum De Deur voor **PERSOONLIJKE ONTWIKKELING**. Met of zonder begeleiding (psychotherapie) in alle rust verblijven, met de mogelijkheid tot deelname aan meditatie, lichaamswerk, bio-tuinieren, hout bewerken, schilderen etc. Voor kortere of langere periodes. Informatie: Jacques en Ineke, tel. 0597-333290.

TUIN

Droomt u van een tuin, waar planten vrolijk over muurtjes huppelen, met prachtige doorkijkjes en dansende vlinders boven wonderbaarlijke plantengroei? Bel voor een vrijblijvende afspraak **KARIN KROL TUINEN**: natuurlijke tuin- en landschapsinrichting: 073-6123288.

**Locale, geldloze
ruildiensten zijn populair.
In Zutphen groeide een
LETS-groepje in korte tijd
uit tot één van de grootste
kringen in Nederland.
Honderdvijftig
Zutphenaren betalen
elkaar inmiddels met
'nappen'. De grootste kring
is Over & Weer in
Amsterdam met
circa 1300
deelnemers.**

Let's do it with LETS

Fien van Wamel van LETS-kring Dongen geeft les in 'klankleer'. Tientallen Turkse vrouwen en mannen hebben bij haar geleerd om bepaalde Nederlandse klanken, die in het Turks niet voorkomen, uit te spreken. Aanvankelijk vroeg ze een kleine vergoeding in de vorm van het bakken van een brood of het maken van een maaltijd. Dat leek al erg op LETS. Het oprichten van een LETS-kring met Nederlanders en allochtonen was het logische gevolg. De 'tichel' noemen ze hun betaalmiddel. Sommige allochtonen spreken inmiddels perfect Nederlands. Iets wat hen volgens Fien via de gangbare kanalen niet gelukt was.

Paúl Zwaga van de Amsterdamse ruilkring Over & Weer over leden die wel heel bijzondere diensten aanbieden. 'Ik ken iemand die lessen geeft in het Spijkerschrift. En er is iemand die flamengo-rokken maakt. Ik geef geen telefoonnummers.' Lidmaatschap kost een tientje per jaar. Voor vraag en aanbod zijn speciale formulieren gemaakt. Die worden bij de ruilcentrale in mappen gestopt.

Dré Aukes van de Tilburgse LETS-kring De Linde doet aardstralen-onderzoek om waarderingpunten te verdienen. Hij zoekt met een koperen buis plekken op in huis om 'foute aardstralen' die 'ongecoördineerd' de kosmos in kaatsen, te neutraliseren. Aukes: 'Zulke stralen kunnen mensen behoorlijk ziek maken, als het bed of de luie stoel er middenin staat.' Aukes is zowel binnen als buiten de kring bezig met astrologie. De koperen buis moet hij zelf kopen, met guldens. Voor het onderzoek laat hij in 'kruiken' betalen (dertig per uur). Die kruiken besteedt hij meestal aan boekhoudkundig advies.

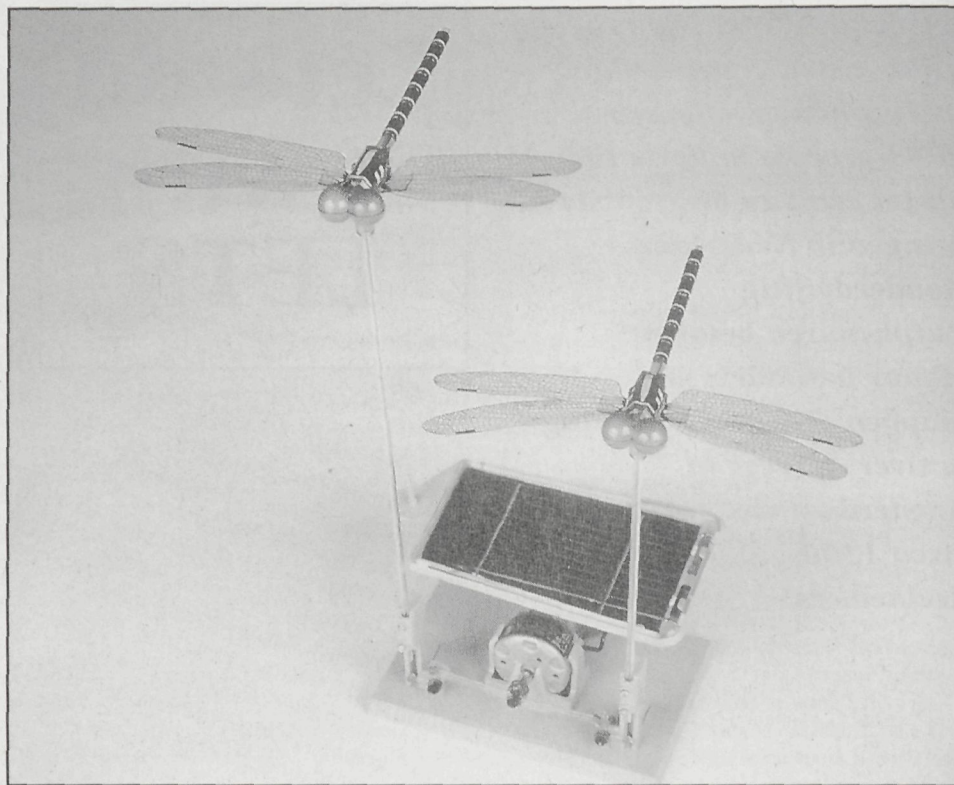
Telefoonnummers van LETS-kringen (20-6-'96). Meld fouten of hiaten aan Aktie Strohalm, 030-2314314.

Alkmaar, Zonnetjes, Desiree Rooze, 072-5152228 Almelo, Marinus Trommel, 0546-819433 Alphen a/d Rijn, Bruggen, Frida Poort, 0172-444950 of Margreet Jellema, 0172-475846 Amersfoort, Kiezels, Kees Huijbregts, 033-4615436 Amsterdam eo, Noppes, kantoor 020-6816875 Amsterdam Over en Weer, Dagdelen, 020-6380492 Antwerpen Herenthout, Pollekes, Robby Sierra, 014-516338 Antwerpen-Stad, Handjes, Erik van der Veken, 03-2391125 Apeldoorn, Api's, Jan Schreurs, 055-3555255 Arnhem, Eco's, Cor J. Broekhuizen, 026-4454122 Arnhem, Knooppunt, Knopen, Marjan van de Wouw, 026-4453861 Bergen/Schoorl, Schakels, Anneke Boerwinkel, 072-5093943 Brugge, Eddy Moerenhout, 050-315420 Brussel, Bat, Colette Lambert, 02-6462921 Delft, Michael Walewijn, 015-2133182 Den Haag, Talenten, Gea Boessenkool, 070-3560329 Den Helder, Kralen, Jeroen Noë, 0223-613565 (ma. 20-21 uur) Deventer, Devis, Lien de Kruijff, 0570-636070 Doetinchem, Nobels, Annelies Wessing, 0314-

343070 Dongen, Tichels, Fien van Wamel, 0162-321265 Eindhoven, Talenten, Anjo Breuers, 040-2550462 Ellecom, Talenten, Greet Venema, 0313-415107 Emmen, Turfjes, Ria de Vries, 0591-613393 Enkhuizen, Maatjes, Harry van Deelen, 0228-316820 Gent, Stropkes, Traudi Helmberger, 09-2381174 Goes, Nada, Lotty Boekhoff, 0113-223464 't Gooi, Knikkers, Patricia Weyer, 035-6234735 Gouda, Boemerang, Evelien Huismans, 0182-523455 Gouda, Goudse Staven, Jurg van den Brink, 0182-586301 Groningen de Keerkring, Eco's, Rinke Hoekstra, 050-5347599 Haarlem, Pegels, Remco Trompetter, 023-5250521 Haarlem, Dienstenruilwinkel, strippenkaart, Simmy Witteveen, 023-5365200 Halle, Minky Ghytiel, 02-3802989 Heerhugowaard eo St. Lokaal geld, Waardjes, Boy Bakhuys, 06-52887625 Heino, Klavers, Milly Lubbers, 0572-394500 Hengelo, Noabers, Wiene Krol, 074-2777795 's Hertogenbosch, Niks, Loes van der Hoeven/Frans 't Sas, 073-6440963 Kortrijk, Stoevers, Koen Becarren, 056-214187 Leeuwarden eo, Tuinen, Arie van Vliet, 058-2138400 (kantoor) Leeuwarden Fortuna, Nutskes, Coby van der Meer, 058-2136019, vrij. 11.00-13.00 Leiden, Sleutels, Paul Schwartzman, 071-5220152 Lelystad Lelio, Lelies, Frank van

Hemert, 0320-254568 Leuven, Iku's, Karin Noldmans, 016-260723 Maastricht, Margriet Prickaerts, 043-3638576 of Nora Harks, 043-3618889 Meppel, Nix, Inge den Ouden, 0522-259854 Nijmegen de Ster, Sterren, St. Basta, Harold de Jong, 024-3241618 Roermond, Sjräöm, Max Janssens, 0475-332537 Rotterdam Rolets, Rodam, Gustar Terpstra, 010-4859348 of 010-4377013 (Noraida) Sittard, Zelfkes, Paula Scheijen, 046-4526762 Steenbergse Ruilkring, John Bolsius, 0167-566865 Tilburg De Linde, Kruiken, Ivon Versnel, 013-5359697, Piet Obbens 013-5368207 Twente (Enschede), Wissels, via Aktie Strohalm, 030-2314314 Utrecht Sterrenstelsel, Sterren, Su Tomesen, 030-2715483 (woe. 19-20 uur) Veldhoven, Rijk Hammer, 040-2546301 Venlo, Moos, Theo Mans, 077-3511727 Vlissingen, Kokkels, A. Fondse, 0118-471103 Vrouw Holle, Verschuren-Ghys, 016-565505 Wageningen, Stenen, Frans Boogerd, 0317-418154 Wijchen, Riet vander Velden, 024-6418009 Wommelgem, Krista De Ridder, 03-3532110 Zaanstreek, Nix, José Goddard, 075-6350065 Zierikzee, Zecu's, Greetje Bijl, 0111-416716 Zuidwolde, Turfjes, Frits Kikkert, 0523-656914 Zutphen, Nappen, Hannie Bouwmeester, 0575-516522 Zwolle, Dinges, Duke Slik, 038-4601898

Tamiya Dragonfly



Producten met zonnecellen

FRANK WIEZER EN RIJKERT KNOPPERS

44 **Sommige tuinlampen, batterijladers en horloges betrekken hun elektriciteit van zonnecellen. Het gebruik van zonnecellen is niet per definitie gunstig voor het milieu. De kwaliteit van de producten blijkt niet altijd even best.**

Is een product bij voorbaat milieuvriendelijk als er een zonnecel op zit? De energie, die de fabricage van zonnepanelen vraagt, is in een fotovoltaïsch (PV)-systeem in enkele jaren terugverdiend. Maar is dit ook in de verschillende soorten PV-producten het geval? En hoe goed functioneren apparaten, waarin zonnecellen voor de benodigde elektriciteit zorgen?

De Utrechtse Organisatie voor Duurzame Energie (ODE) liet de vakgroep Natuurwetenschap en Samenleving (NW&S) van de Universiteit Utrecht en de Consumentenbond uitzoeken hoe dit nu eigenlijk zat. Het onderzoek naar PV-consumentenproducten richtte zich op tuinlampen, horloges, batterijladers, multimeters en demonstratie-artikelen. Zakcalculators bleven buiten beschouwing, omdat er weinig reden was te twijfelen aan de kwaliteit en milieu-verdienste van deze producten. Bovendien had ODE in de campagne

'Reken op Zon' in 1993 hier al aandacht aan besteed.

Energie-opslag

De test van de Consumentenbond leverde een wisselend beeld op. Bij solar-horloges voldoet de zonnecel prima. Ze gebruiken zo weinig energie dat deze energiebron in de wijzerplaat voldoende capaciteit heeft. Al zijn de cellen klein, de horloges kunnen er gemiddeld honderd uur op lopen. Een half uur volstaat voor de oplading, ook al wordt het kleinood meestal bedekt door de mouw en zit de drager vaak binnen. De energie-opslag vindt plaats in een condensator. Deze bestaat uit onschadelijk koolstofvezel. Uitzondering vormt het horloge van het merk *Conrad*. Hierin zit een batterij verwerkt die zelfs kwik bevat, wat niet in de meegeleverde beschrijving staat. De *Citizen*, *Junghans*, *Swatch*, *Esprit*, *Greenpeace solar*, *WNF-Junghans* en *Pulsar* hebben geen batterij. Verder lopen

de horloges goed gelijk. Grootste minpunt is dat bij enkele horloges pvc in het bandje of de verpakking zit.

De tuinlampen vielen tegen. Bij volle zoninstraling bleek wel tien tot zeventien uur nodig te zijn om de accu geheel te vullen. Hoe lang dit 's winters duurt, laat zich raden. De lampen bleken op een volle accu maar zes tot twaalf uur te branden. Dat is 's zomers genoeg, maar 's winters niet: de donkere periode loopt dan op tot 17 uur. Ook de capaciteit van de lamp is beperkt. Als sfeerverlichting voldoet hij, maar het licht is te zwak om er een boek bij lezen. Twee van de drie Solite-types (de Solite SW-124B en de SW-123C; het andere geteste merk is Siemens) geven iets meer licht en zijn geschikt voor oriëntatiedoel-einden. Een nadeel van de Solite-lampen is de lood/zuur-accu, die bij vorst schade kan oplopen. De Siemens-lampen hebben nikkel/cadmium-accu's die wel tegen extreme kou kunnen. Beide accu-soorten bevatten overigens cadmium, waardoor de nikkel/metaal/hydride of lithium-accu's de voorkeur verdienen. Met een 'schone' accu en een betere afstemming van lamp, zonnecel en accu, valt de PV-tuinlamp nog te verbeteren.

Dieptepunt in de test vormden de batterijladers. De gebruiksaanwijzing van Conrad is onduidelijk en geeft verkeerde informatie. Niet de aangegeven één à twee uur maar vijf uur duurt het voordat de lader één batterij (en niet twee) heeft opgeladen. Met de Monacor BSC-4 is ongeveer hetzelfde aan de hand. Dergelijke kwalitatief slechte producten scoren ook laag uit energie- en milieu-oogpunt, omdat ze eerder in de afvalbak verdwijnen.

De gekozen demonstratie-artikelen hebben geen opslagmedium. Als er geen licht op het zonnepaneel valt, werkt het apparaat niet. Getest zijn een draaiplateau van Conrad en het bouw pakket Dragonfly (libel) van Tamiya. Op het draaiplateautje is niets aan te merken. Aardig is dat het ding langzamer gaat draaien naarmate er minder licht op het paneeltje valt. De Dragonfly maakt een irritant geluid.

Terugverdientijd

Het energieverbruik van PV-consumenten-producten is onderzocht in vergelijking tot netstroom, primaire batterijen en secundai-



Junghans solar horloge

re (oplaadbare) batterijen. Opvallend is dat voor de fabricage van een PV-product vaak meer energie nodig is dan dat het aan stroom bespaart, mogelijk door de noodzakelijke combinatie met een accu, waarvan de fabricage ook energie kost.

De fabricage van een gemiddelde, primaire batterij kost minstens dertig maal zoveel energie als die zal opleveren. Van deze energiebron wint PV het dan ook makkelijk. Afgedankte batterijen leveren wel een probleem op door de zware metalen die erin zitten. Sommige bevatten kwik, dat nog niet wordt hergebruikt. Secundaire batterijen zijn vanuit milieu-oogpunt gunstiger dankzij hun vermogen om opgeladen te worden, maar verdienen volgens NW&S

niet de voorkeur, vanwege de zware metalen die ze bevatten.

Conclusie

Over de tuinlampen concludeert NW&S dat de variant met netaansluiting de voorkeur verdient boven die met PV. De energie-terugverdientijd van zonnecel en accu bedraagt ongeveer 10 jaar: 5 jaar voor de accu en 5 jaar voor de zonnecel. De energie voor het maken van bekabeling is te verwaarlozen. De vraag is of een PV-tuinlamp de tien jaar wel haalt.

Bij batterijladers is er geen grote voorkeur voor PV boven netvoeding, al is bij dit product PV wellicht handiger in het gebruik, bijvoorbeeld bij kamperen.

Van horloges beveelt NW&S de solartypes aan, vooropgesteld dat ze niet zijn uitgerust met een batterij maar met een condensator voor energie-opslag. De energievergelijking tussen PV en primaire batterijen is weinig relevant door het minimale energiegebruik van een horloge. Het afval-aspect geeft hier de doorslag.

Een aantal PV-producten werkt naar behoren en maakt het milieuvriendelijke imago waar. Dit geldt niet voor ieder product. De consument moet dus niet bij voorbaat gecharmeerd raken van een apparaat met een zonnecel. Horloges (op één na) en demonstratie-artikelen scoren qua milieu en kwaliteit redelijk tot goed. Tuinlampen en batterijladers scoren laag.

*Informatie over leveranciers:
Consumentengids, juli '96.*

45

Fontein op zonne-energie

Een aardige toepassing van zonnecellen, die overigens de test van de Consumentengids niet heeft gehaald, is de fonteinpomp van Aquasolar. Deze betreft de elektriciteit van een klein zonnepaneel. Hoe harder de zon schijnt, des te hoger spuit de fontein! De grootste pomp uit het assortiment verbruikt 42 Watt, de kleinste 8. De opvoerhoogte varieert van twee tot ruim drie meter. Als er te weinig licht is, bijvoorbeeld in de winter, werkt de pomp niet of nauwelijks en door het ontbreken van een opslagmiddel kan de fontein 's avonds niet spuiten.

Oase-pompen, Nijkerk, 033-2462210.

Onder de mensen

Eén van de manieren om te bezuinigen is minder vaak boodschappen doen. Een mevrouw die bij ons een cursus volgde omdat ze met haar bescheiden inkomen niet kon rondkomen, sprak dit idee helemaal niet aan. 'Het lijkt me vreselijk om niet elke dag boodschappen te doen.' Bij navraag bleek dat boodschappen doen voor haar een manier was om 'onder de mensen te zijn'. Eenzaamheid dreef deze vrouw de winkel in en liet haar spullen kopen die ze niet echt nodig had, met onplezierige financiële gevolgen. Op het moment dat duidelijk werd wat haar echte behoeften waren, besloot ze een paar dagdelen per week als vrijwilligster te gaan werken, wat ze nu met veel plezier doet.

Warenhuizen en winkels spelen graag in op onze gevoelens van verveling en eenzaamheid. Met muziek, een behaaglijke temperatuur, vrolijke kleuren, heerlijke geuren en een gezellig zitje. De consument moet verleid worden tot kopen. Als na thuiskomst de bonnen worden bekeken, dan is het meestal wat minder gezellig. Dan bekruipt je de gedachte: 'Was het nu echt zo leuk?' Een praatje met een verkoper of verkoopster kon er nauwelijks af, je moest opletten voor tasje-dieven en bij het afrekenen was er een lange rij. Kopen is geen antwoord op eenzaamheid, het maakt je eerder eenzamer dan je al was.

Je kunt een keukentrap of nieuwe boormachine kopen, maar hem lenen bij de burens is leuker (en goedkoper natuurlijk). Je zult merken dat zij daarna gemakkelijker vragen of jij de vogels wilt verzorgen, of de planten water geven tijdens hun vakantie. En van het één komt het ander. Je ontdekt dat je op elkaar kunt rekenen als er iets aan de hand is. Er is een grote kans dat er een leuk contact ontstaat en echte gezelligheid. En als je later terugdenkt hoe dat allemaal tot stand is gekomen, dan zou het kunnen zijn omdat je één keer niets ging kopen, maar een minder voor de hand liggende oplossing voor je 'probleem' bedacht.

Hanneke van Veen

VRAGEN
AAN JOL
MOORS

Ik heb een wollen jas. Die heb ik maar vijf keer gedragen en vervolgens weggehangen in de kast. Na een paar weken bleken er op verschillende plaatsen gaatjes in te zitten. De mot zat erin.

Veel kleding wordt tijdens het productieproces behandeld met chemische middelen tegen mot. Zelfs dan blijft wollen kleding aantrekkelijk voor motten, vooral als die gedragen is en ongewassen weggehangen wordt. Enkele tips om mottengaten te voorkomen:

Klop en lucht kleding regelmatig of hang het schoon (gewassen) weg indien u het langere tijd niet draagt. Maak in september uw klerenkast goed schoon, want dit is de maand dat de eitjes van de mot uitkomen. Opbergen in een goed gesloten kast of kist kan helpen.

Mottenballen mogen tegenwoordig het schadelijke paradichloorbenzeen niet meer bevatten. In plaats van mottenballen kunt u zakjes met kruiden aan de kleren hangen: tabak, rozemarijn, lavendel. Bij drogist of stomerij zijn stukjes cederhout te koop, waarmee u de binnenkant van de kast even kunt opschuren.

Wat kost minder energie: frites bakken in een elektrische pan of op het gasfornuis?

Bij het opwekken van elektriciteit worden fossiele brandstoffen gebruikt, waarbij een verlies van energie optreedt van 60 procent. Het is dus een omweg om eerst van gas elektriciteit te maken. Zowel voor uw portemonnee als voor het milieu heeft koken en verwarmen met gas de voorkeur. Elektriciteit is drie keer zo duur en drie keer zo milieuvriendelijk als gas. Bij verbranding van fossiele energie (gas, kolen, olie) komt kool-dioxide (CO₂) vrij. CO₂ draagt bij aan het

broeikaseffect. Het voordeel van elektriciteit is dat er geen verbrandingsgassen in huis komen. Het schoonst zou dus zijn elektriciteit, opgewekt door wind, zon of waterkracht.

Houd kleine kinderen tijdens het bakken uit de buurt van de frituurpan!

Als ik de wc niet met chloor schoonmaak, krijg ik een vieze aanslag in de wc-pot. Kan ik dit met milieuvriendelijke middelen schoon krijgen?

Als u de wc schoonmaakt met chloor zal de aanslag makkelijker verdwijnen dan met milieuvriendelijke alternatieven. Chloor echter is zeer schadelijk voor het milieu; het komt in het water terecht en dat levert problemen op voor de drinkwatervoorziening. Alternatieven zijn: bij sterke aanslag regelmatig een in azijn gedrenkte doek (of wc-papier) in de wc-pot aanbrengen. Ook groene zeep is een prima schoonmaakmiddel.

Ik eet biologisch vlees. Ik vind het te duur om mijn kat biologische voer te geven. Is gangbaar kattenvoer van slechte kwaliteit?

De Consumentenbond heeft in september 1995 een artikel gepubliceerd over kattenvoer, waarin aandacht is besteed aan de samenstelling van het voer. Veel blikvoer (met rundvlees) bleek behalve orgaanvlees en een beetje spiervlees vooral slachtafval te bevatten. Over de voedingswaarde wordt geen oordeel gegeven, omdat daar langdurige experimenten met dieren voor nodig zijn. De spierziekte die onlangs onder katten heerste, werd veroorzaakt door voer van twee merken, beide niet-biologisch. Een kat hoeft trouwens geen blikvoer te eten. Een goede kwaliteit droge brokken voldoet eveneens. Zorg dan wel voor voldoende drinken. Katten varen bovendien wel bij kiekjes die niet zout of erg vet zijn.

Milieukeur-brood

Na aardappelen, schrijfblokken, toiletpapier en kattenbakvulling is er nu ook brood met het Milieukeur. Het gaat om polderbrood en Dr. Moermanbrood, verkrijgbaar in winkels in de regio's Rotterdam, Utrecht en verschillende gemeenten in Zuid-Holland. Van het polderbrood is wit, volkorenen en meergranenbrood te koop, van het Moermanbrood alleen volkoren. De Stichting Milieukeur in Den Haag controleerde de milieukwaliteit van de tarwe en het maal- en bakproces. Alle ingrediënten, tot vruchten en noten toe, moesten biologisch geproduceerd zijn. Het gebruik van kleurstoffen en conserveermiddelen was uiteraard verboden. De levering, opslag en productie van tarwe, meel en brood vinden gescheiden plaats. Ook zijn eisen gesteld aan de verpakking en herkenbaarheid van de producten. **Meer informatie: Stichting Milieukeur, 070-3586300.**

Regentapper

Om het drinkwaterverbruik buitenshuis te verminderen zijn tegenwoordig allerlei producten te koop. Nieuw is de *Euro Rain Saver* van Ecosave, leverancier van waterbesparende artikelen. De Rain Saver kost f 35,- en kan per jaar vele liters drinkwater besparen. Instructies met foto's in het pakket laten zien hoe het apparaat werkt. Snijd een stuk van dertig centimeter weg uit een regenpijp en vervang dit door de saver. Zo ontstaat een apart tussenstuk in de regenpijp, dat is vastgedraaid met twee ringen. Aan de zijkant zit een (afsluitbare) uitgang voor het regenwater die koppelbaar is aan een slang die naar de regenton leidt. De uitgang kan ook worden gekoppeld aan een tuinslang, die weer de vijver of kas van regenwater voorziet.

Houtvezelplaat

Pavatex is een nieuw, natuurlijk bouw materiaal met goed isolerende eigenschappen. Leverancier in Nederland is de onderhoudsfirma van A. de Laat in Tilburg. Pavatex is een verzamelnaam voor een serie houtvezelplaten, die gemaakt is van spinthout en spaanders uit verzaagde Zwitserse boomstammen. De bomen komen uit bossen waar het gebruik van kunstmest en pesticiden al tientallen jaren verboden is. Moderne productiemethodes maken het mogelijk om de houtvezels op natuurlijke wijze te binden met harsen (lignine) die in het hout zelf zitten. Het resultaat is een breed assortiment hard- en zachtbordplaten, toepasbaar in vloeren, wanden, plafonds en daken. De platen zijn ook herbruikbaar en zonder problemen composteerbaar. **Meer informatie: A. de Laat, 013-5347249.**

MILIEU THUIS

Eco-zitmeubel

Tijdens de Open Dag van De Kleine Aarde waren ook de fauteuils van meubelmaker Gerard Vervoort te bewonderen. Vervoort zou in Nederland de eerste milieuvriendelijke stoel hebben gemaakt. Voor de fauteuils gebruikt hij alleen natuurproducten. De harde, beukenhouten romp is op klassieke manier (met pen- en gatverbindingen) in elkaar gezet. De basis van de zitting bestaat uit jute singelband, ouderwetse ijzeren veren en gerubberd kokos. De zitting en bekleding bestaat uit nog meer laagjes kokos, gevlochten paardenhaar en vette katoenwatten. Wie een los kussen in een stoel wil hebben, krijgt er eentje met een mengsel van eendendons en gemalen latex erin. De stoel is ergonomisch verantwoord, dus aangepast aan de houding van de degene die erin moet zitten. **Meer informatie: Gerard Vervoort, 0492-364153.**

FOTO: MEUBELSTOFFEERDERIJ VERVOORT



CONSUMENT

Problemen met verstoppingen doen zich niet snel voor, zelfs niet bij stortbuien. De drinkwaterbespaarder is geschikt voor gebruik in combinatie met een regenton voor het overvloedige water. De producent prijst de Rain Saver ook aan voor het gebruik in stallen en tuin- en vakantiehuisjes.

Bestellen: maak f 35,- over op giro nr. 6259189 tnv Ecosave in Biddinghuizen, ovv Euro Rain Saver. Meer informatie: 0321-332038.

Ontheffing ecotax

De Stichting Groene Stroom in Zwolle zocht uit welke vragen energiebedrijven het meest krijgen over groene stroom. De vraag *Kan ik een ontheffing voor ecotax krijgen?* won met vlag en wimpel. Het antwoord is: nee. Alle energiebedrijven zijn verplicht om deze belasting te heffen. Voor elektriciteit bedraagt de heffing voor huishoudens 3,5 cent per kWh (inclusief btw), waarbij over de eerste 800 kWh een vrijstelling geldt. De opbrengst van de ecotax krijgt de burger later voor een deel terug als inkomstenbelasting. Bij groene stroom komt de ecotax ten goede aan het energiebedrijf en niet de belastingdienst. Gebruikers hebben dus invloed op de bestemming van de ecotaxgelden. Groene Stroom is te krijgen tegen een hoger tarief dan gangbare stroom.

BLADEREN

Met bijdragen van Joost Andrik, Ad van Loon, Anita Maas, Harrie Perebooms, Anneloe Rijpkema, Petra Souwerbren.

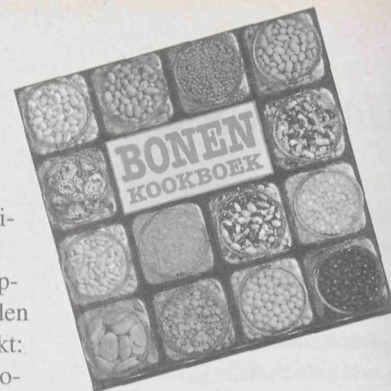
Bonenkookboek mèt vlees

Het kookboek oogt mooi; de buitenkant toont veertien soorten gedroogde bonen en de foto's en vormgeving in het binnenwerk zijn zeer stijlvol. Het *Bonenkookboek* breekt dan ook een lans voor de boon. Ze zijn niet alleen heerlijk, maar ook goedkoop, veelzijdig en rijk aan voedingsstoffen. Door de

gezondheidskundige aspecten (ze bevatten geen cholesterol, wel plantaardig eiwit, ze zijn vezelrijk en calorie-arm) zouden koks ze tegenwoordig weer bovenaan de lijst moeten zetten.

Wie de hoofdgerechten bekijkt, ziet dat de schrijvers de gezondheidskundige aspecten echter verlaten. Van de 28 gerechten worden meer dan 20 met een grote hoe-

veelheid vlees of vis gegeven. De combinatie peulvruchten en dierlijk eiwit is best, maar dan wel in bescheiden porties. Gelukkig bevat het kookboek bruikbare recepten voor vegetariërs. Er worden onbekende producten gebruikt: epazote, pancetta, clams, arboria-rijst, cornichon en coquilles. Volgens de culinaire encyclopedie zijn dat St.-Jacobsschelpen. Jammer dat het kookboek geen seizoenen aangeeft. En zelden heb ik zoveel aanduidingen gezien voor tomaten: 'verse, gepureerde, uit blik met sap, verse, gepureerde, rijpe, gehakte, gepelde, zeer rijpe, zaadloze'. Het



is een exclusief kookboek, voor als er veel bezoek komt. De recepten zijn voor zes à acht personen.

AR

Het Bonenkookboek, Judith Choate, De Lantaarn, Amsterdam, 1996. ISBN 9054268433, f 29,90/Bf 598.

Het land luistert

Het boek *Het land luistert* verhaalt over zestien boeren en tuinders die gekozen hebben voor ecologische of biologisch-dynamische landbouw. De verhalen gaan over de mensen op het bedrijf, over de soms zeer moeilijke keuzes waarvoor ze gestaan hebben en soms nog staan. Over het vallen en opstaan als biologisch pionier. Maar bovenal over hun rotsvaste overtuiging dat ze goed bezig zijn.

Cees van Roessel heeft jaren ervaring als ecologisch melkveehouder. Toch staat hij nog jaarlijks voor nieuwe vragen: 'Elk jaar is anders, ik moet creatiever en inventiever zijn. Minder stikstofgebruik leidt tot meer roest in het gras. Wat gebeurt er als ik helemaal geen stikstof meer toevoeg? Dat soort dingen zijn leuke puzzels voor een boer.' Zijn omschakeling oogstte destijds veel kritiek uit de omgeving. Nu erkennen collega's ronduit dat van Roessel op zijn bedrijf goed boert. Van de vijftig bedrijven in de omgeving scoort hij bedrijfseconomisch een goede zevende plaats!

Biologisch-dynamisch groenteteler Bert van der Linden heeft ook ondervonden dat 'idealisme en een grote mond niet genoeg zijn'. Na een begin met vallen en opstaan mag hij nu niet klagen over de bedrijfsresultaten, hoewel bd-groenten 'niet de snelste route naar een kast van een huis in Wassenaar zijn.'

De bedrijven worden gepresenteerd als 'eco' of 'bd'. Gelukkig laten de boeren en tuinders zien dat de stereotypen niet bestaan. Een pragmatische bd-tuinder staat met beide benen op de grond, terwijl de ecologische boer in het rentmeesterschap de motivatie vindt om een stukje aarde goed te beheren.

Het boek wil iedereen met belangstelling voor de biologische land- en tuinbouw inspireren. Daar zijn de uitgevers goed in geslaagd. De verhalen zijn vlot geschreven en geven een aardig beeld van de mensen achter het bedrijf. Wie meer wil weten over de bedrijfsvoering moet andere literatuur kiezen. Slechts hier en daar wordt een tipje van de sluier opgelicht over de sterke en zwakke kanten van de bedrijven. Een rode draad in het boek is het

vertrouwen van de boeren en tuinders dat zij hebben in de biologische bedrijfsvoering. Ook de afzet is voor de meesten solide, soms na een roerig verleden. Een opvallende uitzondering is de ecologische champignonteelt. Notabene een van de gewassen waar omschakeling het hardst nodig is.

PS

Het land luistert, Roodbont, Zutphen, 1996, ISBN 9075280076, f 29,95/Bf 599.

Biologische groenteteelt

In de serie Biologische Landbouw is, na de delen over akkerbouw en veehouderij, nu het laatste deel verschenen, over groenteteelt. Het boek schetst de uitgangspunten, theoretisch maar vooral praktisch, van het ecologisch en biologisch-dynamisch telen van groentegewassen. Het geeft een goed beeld van de overwegend in de praktijk gevonden en ontwikkelde biologische landbouwmethoden, daarbij veelal uitgaand van bestaande bedrijfssituaties. De kennis over het biologisch telen wordt hier gebundeld tot een nuttig overzicht. Niet de teeltwijze van elke afzonderlijke groente wordt aangegeven, maar meer hoe in het algemeen teelttechnisch te handelen en hoe daarvoor de gunstigste omstandigheden te bewerkstelligen. Het hoe en waarom van de biologische teelt lijkt een oefening in het evenwicht bewaren; een balanceren op korden van vragen als: in hoeverre grijp je in of maak je gebruik van natuurlijke processen? In hoeverre passen ideële beginselen in het bedrijf? Hoe ver ga je met technologie? Hoe houd je het bedrijf economisch rendabel? Biologische groenteteelt is erg geschikt als leerboek in het onderwijs, voorts interessant voor beroepshalve of anderszins betrokkenen. De tabellen en figuren werken zeer verhelderend. Het boek als geheel eveneens.

AvL

Bart Willems- Biologische groenteteelt; handleiding, achtergrond en praktijk, ISBN 9062243061, Jan van Arkel, Utrecht, 1996, f 39,90/Bf 398.

De wortels van ons bestaan

In supermarkten schreeuwen duizenden voedingsproducten om aandacht van de klant. De variatie is enorm. *De wortels van ons bestaan* doet beseffen dat die variatie schone schijn is. Alleen de grootste en gaafste groenten en vruchten, die bovendien bestand zijn tegen transport over lange afstanden, komen in winkels terecht. Kaas, vleeswaren en kant-en-klaargerechten; ze bestaan bijna allemaal uit dezelfde grondstoffen. Onze voedselproductie is geïndustrialiseerd en gestandaardiseerd. Dit proces heeft zich vooral de laatste vijftig jaar voltrokken. Voor die tijd was landbouw meer gebonden aan de natuur. Dat leverde een enorme verscheidenheid op. Neem het aantal groenterassen. In 1980 schrapte de Europese Unie ruim vijftienhonderd gewasvariëteiten van drieëntwintig groentegewassen van de ras-senlijst.

In *De wortels van ons bestaan* komen het biodiversiteitsverdrag, de genenbanken, de Noord/Zuid-relatie, Agenda 21, biotechnologie en de biologische landbouw aan bod. Het laatste hoofdstuk bevat aanbevelingen voor beleidsmakers en tips voor consumenten om de rijke verscheidenheid op het land en op ons bord te heroveren. Voor iedereen die in de kwaliteit van ons voedsel geïnteresseerd is, is dit een vlot leesbaar en boeiend boek.

AM

De wortels van ons bestaan; biodiversiteit in landbouw en voeding. Alternatieve Konsumentenbond. Amsterdam, 1996. ISBN 9080179159, f 20,-/Bf 400.



Fietsen in Ierland

Ierland is een fantastisch fietsland. In geen ander land slingeren zoveel kleine landweggetjes. Overal zijn kroegen, herbergen, *bed & breakfasts*. Wild kamperen is zelden verboden, al is het niet altijd makkelijk een plek te vinden waar je geen zonnedauw of orchideeën vertrapt. Het hoogteverschil valt mee, al lopen de wegen vaak recht tegen de helling op en zijn ze dus steil. In de reisgids *Fietsen in Ierland* stipfelt Luc Oteman een route uit van 28 stevige etappes door de hele republiek. Elke etappe is voorzien van een plattegrondje. De mooiste gebieden en belangrijkste attracties staan er allemaal in, al wordt Noord-Ierland grotendeels overgeslagen. Oteman heeft prachtige wegen uitgezocht, langs de afgeragde westkust zowel als door het binnenland.

Fietsen in Ierland bevat voldoende informatie over bezienswaardigheden, winkels en accommodatie langs de route. Over 's lands economie, politiek of geschiedenis wordt niet gerept, maar dat scheelt natuurlijk enkele zwaarwegende grammen in de fietstas. Het boek is gevat in een *wire-o-ring*, zodat je het extreem ver kunt opvouwen, zonder het aan flarden te scheuren. Het enige nadeel van het boek is, dat de route begint en eindigt op vliegveld Shannon. Blijkbaar wordt de fietsvakantieganger geacht per vliegtuig te arriveren. Je kunt natuurlijk vanuit het per trein (of fiets) en boot bereikbare Dublin of Dún

Laoghaire op de route inhaken, maar het parcours van haven naar de route is niet beschreven.

KD

Fietsen in Ierland, Luc Oteman, Pyrola, Schoorl, 1996, ISBN 9064551952, f 29,50/Bf 590.

Klussen zonder knoeien

Voor de bouwwereld is de *Handleiding Duurzame Woningbouw* al enkele jaren een leidraad om verantwoord bouw materiaal te kiezen. De doe-het-zelver kan aan de slag met behulp van de pocket *Milieubewust materiaal kiezen*. Het boek is gebaseerd op de genoemde handleiding en geeft via een zes-stappenplan houvast voor het sparen van milieu, geld en tijd bij woningonderhoud.

In zeven hoofdstukken passen de meestvoorkomende klussen de revue. Elke klus is vergezeld van een materialenlijst, waarbij aangegeven is welk materiaal de voorkeur krijgt (eerste keus) boven andere (tweede en derde keus). Onduidelijk blijft of het verschil tussen de eerste, tweede of derde keuze groot is. Een erfafscheiding in de vorm van een haag krijgt terecht het predikaat eerste keus, terwijl paaltjes en schermen van tamme kastanje tweede keus zijn. Dat vervolgens geïmpregneerd of gewolmaniseerd hout als derde keus genoteerd staat, is een regelrechte misser. Geïmpregneerd hout is een miskleun voor de milieuvriendelijke doe-het-zelver. De andere tips zijn gelukkig vaak slim en waardevol. Wie bijvoorbeeld op kleur gemengde grondverf gebruikt, heeft minder aflakverf nodig. De doe-het-zelver krijgt veel informatie over de verkrijgbaarheid van de materialen, compleet met firmamen en adressen.

HP

Milieubewust materiaal kiezen, een praktische handleiding voor doe-het-zelvers. Babylon-De Geus/Natuur & Milieu Informatief, 1996, ISBN 9062223141, f 19,90/Bf 98.



Patat-duiven op de Dam

Nederland verstedelijkt. Tegelijk wordt in de stad natuur een doodnormaal gegeven. Sommige (vogel)soorten verdwijnen, veel passen zich aan of breiden zich zelfs uit. *Sijsjes en drijfsijsjes* is een gedegen en overzichtelijke inventarisatie van de vogelstand in de stedelijke omgeving van Amsterdam. Aan de hand van verspreidingskaartjes en een uitvoerige tekst wordt per vogelsoort beschreven hoe het er mee staat. De teksten zijn vlot geschreven. Over de stadsduif (die van de Dam): 'patat en andere snacks maken in korte tijd van een kaal piepend jong een dikke, jonge duif. Slanke, snel uitvliegende jongen zijn van het zogenaamde macrobiotische type. De overvette hebben meer met Febo op.' Het boek staat niet alleen stil bij de huidige stand van zaken in het dynamische Amsterdam. Een hoofdstuk over de historie van de Amsterdamse vogelwereld is opgenomen. Aan de toekomst is gedacht met een pleidooi voor voldoende groengebieden voor plant en dier.

JA

Sijsjes en Drijfsijsjes, Martin Melchers en Remco Daalder (red.), Schuyt & Co, Haarlem, 1996. ISBN 9060974158, f 39,90/Bf 798.

Raadgevers

Raadgevers geven gratis advies. Wie met een probleem zit, kan contact met hen opnemen. Houd er rekening mee dat de raadgevers dit werk in hun vrije tijd doen. Neem dus een paar spelregels in acht.
- Sluit een postzegel voor antwoord bij, als u een schriftelijke reactie verwacht.
- Wilt u een raadgever bezoeken, bel of schrijf dan vantevoren. Nieuwe raadgevers zijn welkom!

Apparaten en machines

Graanmolens Dirk van Haren Noman, Beukstraat 15, B 3920 Lommel, België. Tel. 011-544475 of vanuit Nederland 00-32-11-544475.

Graanmolens Anshar van der Wielen, Hilversumstraat 98, 6843 DL Arnhem. Tel. 026-3812320. Voor muelswalzen, huisbakkers, hooikisten, zuurkoolpotten en -messen en groenten-, vruchten- en kruidendrogers.

Machinebouw Jan de Jong, IJsselkade 16, 3401 RC IJsselstein. Tel. 030-6885328, fax 030-6870487. Voor advies en bouw van moderne apparaten op het gebied van levensmiddelen: maalmachines, snijmachines etc. voor levensmiddelenbranche en particulieren.

Composttoilet, grijswaterfilterstelsel Ecosave, tel./fax 0321-332038. Werkdagen 9.00-12.00.

Dieren

Dierengezondheidszorg L. F. Mol, Grote Molenstraat 8, 5271 VW St Michielsgestel. Tel. 073-5942465, fax 073-5943400.

Ecologische (klein-) veehouderij Henk de Mink, Oudendijk 6, 3291 LN Strijen. Tel. 078-6743418. Ook advies over veevoerproductie en graslandonderhoud.

Energie

Biogas installaties Frits Ogg, Postbus 244, 6500 AE Nijmegen. Tel./fax 024-356588.

Elektriciteit, accu's, windenergie, energiebesparing Ing. Hendrik Venema, Kraayenbergstraat 23, 8051 XL Hattem. Tel. 038-4445643.

Besparing en techniek Jos van Doorn, Balsemienlaan 26, 5582 AD Waalre. Tel. 040-2216383.

Zon en wind Organisatie voor Duurzame Energie (ODE), Postbus 750, 3500 AT Utrecht. Tel. 030-2769224, fax 030-2720624.

Energie, waterbesparing Ecosave, zie Apparaten en machines.

Groente, fruit en tuin
Milieuvriendelijk tuinieren

Bezoekerscentrum De Kleine Aarde, Het Klaverblad 1, Bostel (1/4 tot 1/11 elke dag geopend 11.00-17.00, na 1/11 alleen werkdagen 11.00-17.00). Tel. (Anita Maas) 0411-684921.

Fruit- en groenteteelt J.W.J. Van de Werken, Steenweg 76, 5301 HN Zaltbommel.

Biologisch tuinieren Rik Dedapper, COVOBIT, Groteweg 27/357, B 9500 Gewardsbergen, België. Tel. 054-417473, vanuit Nederland 00-32-54-417473. Groenbemers, gewasbescherming en fruitteelt.

Verzorging van fruitbomen J. Teunissen, Wilhelminasingel 137, 6001 GS Weert. Speciaal voor oude fruitstrassen.

Struik- en houtgewassencompost Proefwerf van Comité Jean Pain, Gerrit van Dale, Prinses Elisabethlaan 18, 1030 Brussel, België. Tel/fax 052-305365, vanuit Nederland 00-32-52-305365. Bezoekersadres: Holle Eikstraat 25, 1840 Londerzeel, België.

Wilde tuinen R. Osinga, M. Fopmawei 22, 9023 AJ Jorwerd.

Bodembedekking Dirk Prins, Asterstraat 3, 3911 WE Rhenen. Tel. 0317-614282. Ook toepassing van inheemse kruidachtige planten in plantsoen, heemtuin en wilde tuin.

Paddestoelen Paddestoelenmuseum, Stichting Onderwijs en Milieu, Kroonstraat 1, 6511 DV Nijmegen.

Biologische landbouw Dienst Landbouwvoorlichting, afd. Biologische Landbouw, De Helling 15, 8251 GH Dronten. Tel. 0321-380007, fax 03210-18550.

Bouwen en wonen

Vereniging voor Integratie Biologische Architectuur (VIBA), Veemarktkade 8-84, 5222 AE Den Bosch. Tel. 073-6216943. De Kleine Aarde, Harrie Perebooms, tel. 0411-684921 (ma. 9.00-12.30). Nederlands Instituut voor Bouwbiologie en Ecologie (Nibe), Postbus 229, 1400 AE Bussum, tel. 02159-48233. Ma. t/m do van 9.00 tot 10.00 u. gratis tel. spreektuur voor korte vragen over bouwen, milieu en gezondheid.

Verca bv, Postbus 1780, 8901 CB Leeuwarden. Tel. 058-2675445 (tot 17.00 u.), fax 05115-42070 (na 17.00 u.). Voor vragen op het gebied van vocht- en zwamproblemen in woningen en advies voor milieuvriendelijke oplossingen.

Timmeren, bouwen Vof Varne, Postbus 5093, 1380 GB Weesp. Tel. 06-52975772 (Varend timmerbedrijf).
Rietdekken Grietines Harms, Balloërstraat 7, 9451 AK Rolde. Tel. 0592-242800.

Milieu

Leidse Rechtswinkel. Tel. 071-5141516/ 071-5121111, fax 071-5130775, tel. spreektuur di. 18.30-20.30, do. 14.00-16.00. Milieurechtswinkel Amsterdam, tel.

020-6233049, tel. & inlooppreekuur di. 18.00-20.00, do. 14.00-17.00.

Milieurechtswinkel Rotterdam, tel.

010-4049668, tel. spreektuur di. 10.00-12.00).

MilieuTelefoon. Tel. 020-6262620 ma. t/m vr. 9.00-14.00, fax 020-6275287, tav MilieuTelefoon.

Promotie en public relations

Lidy Spannenburg, J.D. Huibersstraat 2, 7412 JR Deventer. Tel. 0570-619251. Voor promotie(planning) en pr-activiteiten/adviezen t.b.v. ideële organisaties.

Spinnen, weven en verven

Nelly Hanssen-Jonkhout, Etzenraderstraat 33, 6454 AP Jabeek. Tel. 046-4425177. Mies Bouwmeester, Herengracht 14, 1441 EW Purmerend. Tel. 0299-423774. Voor les en adviezen op textielgebied in binnen- en buitenland.

Perma-auteur Fransje de Waard in Bostel

Fransje de Waard, auteur van *Tuinen in overvloed*, was deze zomer op De Kleine Aarde voor de presentatie van haar boek over permacultuur. Marijke Vos, kamerlid van Groen Links, ontving het eerste exemplaar. Bram Wolthoorn, redacteur van Uitgeverij het Spectrum, noemde De Waard de 'afge-zant van Gaia'. Wolthoorn, die onbekend was met permacultuur, zag op Fransjes flat in Amsterdam hoe het in het klein is. 'Ze is echt helemaal omringd door groen.' De Waard zelf zag mooie voorbeelden in België; kleine tuinen boordevol gewassen en fruit. 'Een complete jungle!'

Ben je tevreden over je eerste boek?

'Ja. Vooral met de diepte die ik erin heb kunnen aanbrengen. Mensen willen altijd voorbeelden horen, maar permacultuur draait meer om een visie. Dat je bepaalde dingen niet meer zo automatisch doet als vroeger en je bewust raakt van je omgeving. In feite geeft het boek een soort training voor

Ineke Visser, Lekdijk 82, 2865 LE Ammerstol. Tel. 0182-352913.

Voeding

Ecologische voeding De Kleine Aarde, Anneloe Rijpkema, ma., di., wo.- en vr.- ochtend. Tel. 0411-684921.

Geitenkaas G. J. van Diemen, Mr. J.B. Kanweg 99, 9439 TE Witteveen. Tel. 0593-552415.

Wijn en bier maken Souplesse Import Gennep, Brabantweg 5a, 6591 HV Gennep. Tel. 0485-512021, fax 0485-517263.

Wijn, bier, gedistilleerd zelf maken Riet Beijer, Koninginnelaan 32, 3762 DE Soest. Tel. 035-6020979.

Wijn, bier en kaas maken Huisvlijt, B. Vingerhoedt, Pieter Breugelstraat 20, 5213 BN Den Bosch. Tel./fax 073-6890441.

Sap Anshar van der Wielen, zie Apparaten en machines. Voor gespecialiseerde adviezen over tarwegras en vruchtensap.



FOTO: PAUL SINGH

mensen om bewust met de natuur om te gaan.'

Welke mensen moeten je boek zeker lezen?

'Jan en alleman. Het is toegankelijk geschreven. Met weinig jargon. Dat vond ik ook leuk bij het schrijven. Kon ik de werking van ecosystemen begrijpelijk maken? Dat is denk ik wel gelukt, door veel met beeldspraak te werken.'

De tuinmensen van De Kleine Aarde willen graag een stukje permacultuur op het terrein.

'De tuin hier is er niet ver van verwijderd. Het is de volgende stap na de biologische landbouw. Het bewust zijn van je omgeving. Als je geen kunstmest en bestrijdingsmiddelen gebruikt, kun je bijvoorbeeld ook besluiten om niet meer te ploegen. Een goede bodem regelt zichzelf wel.'

Vragen aan Anita Maas

Waar kan ik bloembollen zonder gif kopen?

Wellicht heeft de natuurvoedingswinkel bij u in de buurt bollen van tulpen, narcissen, crocussen en sneeuwkllokjes. U kunt het ook proberen op de boerenmarkt of bij het tuincentrum. Als dit allemaal op niets uitloopt, kunt u bloembollen per post bestellen bij Hoeve Vertrouwen, Medemblickerweg 17, 1771 SC Wieringerwerf, tel. 0227-501637. Samen met tien andere bedrijven teelt dit biologisch-dynamische akkerbouwbedrijf zestig verschillende soorten bloembollen, met name voorjaarsbloeiërs. Er bestaan nog een aantal kwekerijen van heemplanten die vooral botanische bollen verkopen, waaronder veel stinsenbolletjes. Niet al deze bollen zijn honderd procent biologisch opgekweekt. Informatie hierover is te krijgen bij de Keltenhof, Wijksestraat 25, 6617 BX Bergharen, tel. 0487-532176, en bij De Heliant, Oude Willem 2, 8426 SM Appelscha, 0516-433292.

Is het goed om oud blad in de tuin te laten liggen?

Oud blad houdt kale grond in de winter bedekt. Zo wordt de bodem beschermd tegen de wisselende weersomstandigheden. Dit geldt niet voor kleigrond, die beter in het najaar gespit kan worden, zodat de kluiten in de winter kapot vriezen. De structuur van de grond verbetert daardoor.

Oud blad is een overwinteringsplaats voor allerlei nuttige diertjes, waaronder lieveheersbeestjes. Leg in een tuin met een zware grondsoort in een hoekje een flinke hoop bladeren. Misschien komt er zelfs een egel in overwinteren.

Wie veel oud blad heeft, kan er een composthoop van maken. Verzamel de bladeren als ze goed nat geregend zijn. Als er verschillende soorten blad zijn, vermeng die dan zoveel mogelijk. Dit is vooral be-



langrijk voor de bladeren van peer, beuk en eik, die langzaam verteren. Het blad van appel, es, els, vlier, linde, kastanje en wilg vergaat veel sneller. Voeg bij het opzetten van de hoop af en toe een schep grond toe plus wat stikstofrijke mest als koemest of bloedmeel. Dek de hoop af met aarde.

Wanneer kan ik de witlofwortels het beste rooien?

Om mooie, vaste kroppen te krijgen, moet tussen zaai en oogst minimaal 24 weken zitten. Laat de wortels na het rooien enkele dagen met het loof eraan op de grond liggen. De plantensappen trekken dan nog in de wortel. Zoek daarna de beste exemplaren uit: gaaf en minstens tweeënhalve centimeter dik. Haal het loof er op drie centimeter van de groeipunt af. Afhankelijk van het ras moeten de wortels buiten of binnen getrokken worden, met of zonder dekgrond.

Wat kan ik met snoeihout doen behalve versnipperen of afvoeren?

Een heleboel! De meeste takken zijn goed te gebruiken als aanbindstokken voor planten die een steuntje nodig hebben. Wie grote takken ter beschikking heeft, kan er bonenstaken of een pergola van maken. Voor de laatste toepassing is het belangrijk snoeihout te gebruiken, dat lang meegaat, bijvoorbeeld van eik of beuk. Bundels van dunne takken kunnen gebruikt worden om de waterafvoer in de tuin te verbeteren. De bundels worden in sleuven gelegd, die naar een afwateringskanaal leiden. Van wilg of populier is allerlei vlechtwerk te maken. Je kunt er een hut voor kinderen van vlechten, een tuinhok of beschoeiing. In het boekje Maak wat van snoeihout van De Kleine Aarde staan deze en andere ideeën uitgewerkt. Ook biedt snoeihout nestel- en schuilgelegenheden voor dieren.

Vragen naar De Kleine Aarde, Postbus 151, 5280 AD Boxtel.

Lijske en de marjoleinen

Achter de drie-aaneen-huizen, in één waarvan ik woon, is een pleintje waar de achterpoortjes op uitkomen. Aan de overkant is de achterom van enkele bejaardenwoninkjes. In het middelste woont Lijske, een keurig dametje, afkomstig uit het naburige stadje R., hoofdplaats van onze gemeente.

Achter de tuinmuur 'organiseerde' ik een halve meter brede gemeentestrook van dat pleintje. Het is daar gemiddeld een graad of acht warmer dan aan de huiszijde van die tuinmuur. Ik plantte er een vijgestruik, stokrozen, enkele Geranium-soorten, Campanula's, wilde kerstrozen. En één pol wilde marjolein. Deze soort staat bekend als kalkplant. Maar er is daar geen kalk. Ons achterpleintje is opgehoogd met een meter schraal straatzand en het is bestraat met betonnen straatstenen. Toch breidt de wilde marjolein zich uit. Via de voegen tussen de stenen rukt ze op, verder en verder, en nu is ze al een eind het zijstraatje in. Volgens mij is deze plant vooral een zuidelijke warmtesoort. Ook kalkplant natuurlijk, maar op kalk is het altijd warmer. Dus...

De gemeente R. heeft nog de slechte gewoonte het openbaar gesteente tegen onkruid te bespuiten. Maar ik heb gevraagd dat rondom mijn huis niet te doen, omdat het onder andere een beschermde plantensoort betreft, wilde marjolein namelijk. R. heeft positief gereageerd.

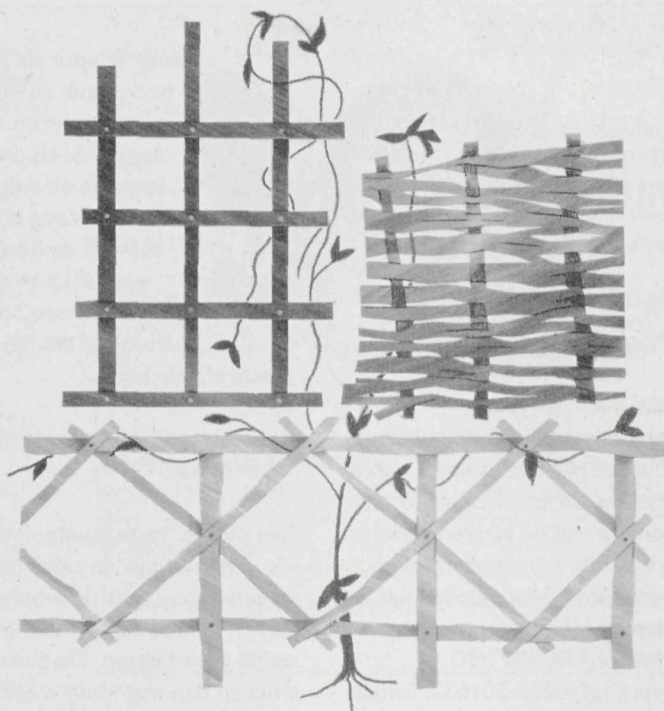
Lijske ook. Ze vroeg me of 'die plantjes daar' wel van een kwekerij waren en of ze ook in 'van die tuinbuukskes' stonden.

Ja natuurlijk, zei ik.

O, dan is het goed, want als het wilde plantjes zijn, zou ik zeker de gemeente R. vragen er iets tegen te doen, zei Lijske.

Een hek, een schutting of haag kan ongewenste blikken buiten houden en dienen als fraaie omlijsting voor een opvallend tuinontwerp. Meest gezien: een schutting van planken of een hek van groen gaas. Maar er kan meer, veel meer. Wie een aparte en eigenwijze afscheiding wil, leze dit verhaal.

ALICE BENDER



Eigenwijze hekjes

52

Niet lang geleden was het mode om de tuin op te delen in zogenaamde tuinkamers. Gelukkig heeft dat kneuterige 'tuin-als-huiskamer'-gedoe z'n langste tijd gehad. Afscheidingen zijn in sommige gevallen toch nuttig en mooi. Denk maar aan een tuin met een aparte moestuin. Wie vanaf het terras geen uitzicht wil hebben op de bietjes en kool plaatst een aardige haag, die bovendien de vogels broedgelegenheid geeft. Wie kiest voor een bessenstruiken of braam, kan zelfs oogsten. Kijk je wel graag naar de moestuin, plaats hem dan in een lijstje van een lage haag van strak geschoren buxus of de traditionele haagbeuk. Met een aardig poortje erin is deze omlijsting compleet. Hetzelfde geldt voor de siertuin. Grenst de tuin aan de straat, dan kun je kiezen voor een hoge gesloten haag die inkiijk tegen gaat of een lage waaroverheen de passant de tuin kan bewonderen. Een goede middenweg is een haag van los groeiende heesterrozen. Wanneer je verschillende soorten combineert, ontstaat een doorkijkhaag die toch voldoende beschermd tegen rechtstreekse inkiijk. Rosa Canina, R. Pimpinellifolia, R. Rubinigosa en R. Rugosa combineren heel goed. Snoei af en toe flink terug, want dan ontstaat er een mooie dichte haag die nog lekker geurt ook. Wie zomer en winter pottenkijkers buiten

wil houden, kan beter kiezen voor harde materialen. Hout, metaal of steen zijn het hele jaar even hoog, laag, dicht of open. En ze zijn te combineren met allerlei planten die er een kleurtje aan geven. Fraai voorbeeld in mijn eigen dorp is een gemetseld muurtje van zwerfkeien, dat in de lente en zomer overdekt is met de paarse bloemetjes van muurleeuwebek.

Trellis

Een houten schutting kan een kunstwerk worden met een trellis, een ruitvormig latwerk, dat begroeid is met clematis of klimop. Een trellis is kant-en-klaar te koop. Zelf maken van oud hout is goedkoper en milieuvriendelijk. Wie opdringerig bamboe in de tuin heeft, kan de overvloedige 'hengels' gebruiken. Bind de stengels op vaste afstanden kruiselings vast met stevig draad. In een landelijke stijl van tuinieren past het schapenhek, een constructie van kastanjehouten latjes die met ijzerdraad

Tip

Koop nooit een hekje of schutting van verduurzaamd hout. Verduurzaming gebeurt met wolmanzouten. Deze zijn kankerwekkend en leveren gezondheidsrisico's op bij zagen, maar ook bij aanraking.

vastzitten. Niet goedkoop, maar wel een goede investering. Dit hout gaat jaren mee, zonder dat er verf aan te pas komt. Een hekje van (sloop)hout is ook een mooie oplossing. Voorzie elke lat van een punt, zodat voorbijgangers het hek niet als bank gebruiken. Wie een oosters hekje wil, maakt punten in de vorm van een ui. De vierkante of ronde palen waar het hekje aan wordt vastgezet, kunnen versierd worden met bijvoorbeeld een houten ananas of ander figuur. Speels is in. En je hebt een uniek hek. Afwerken met beits of verf is aan te bevelen, want het meeste hout gaat onbehandeld niet lang mee. (Lees over milieuvriendelijk materiaal het artikel op p. 40/red.) De kleuren voor de landelijke tuin zijn: zachtgrijs, blauw en geel. Klassiek wit of groen mag natuurlijk ook.

Grillige stronken

Grof en toch verfijnd is een hek van brede planken gemaakt uit in de lengte doorgezaagde boomstammen. De mooiste komen uit grillige brede boomstronken met veel noesten, maar daar is vaak moeilijk aan te komen. Ook grillig en bovendien goedkoop is een afscheiding van wortelstronken van eikenbomen. Boeren hebben ze vaak gewoon tussen het eikenhakhout rond hun land liggen. De stronken kwamen tevoorschijn bij de ruilverkaveling, toen veel bo-

men gekapt werden. Als je het vriendelijk vraagt, mag je ze hebben. Ook in bossen waar grote schoonmaak is gehouden, zijn ze wel te vinden. Uiteraard eerst vragen of je ze mag hebben. Vertil je niet! Eikenhout blijft jaren goed zonder enige verdere behandeling. In de holtten van de wortelstronken staan vetplanten mooi. Plaats ze vlak naast elkaar. De punten van de wortels houden niet al te grote honden binnen of desgewenst buiten, terwijl je wel zicht op het omringende landschap houdt. Wie wil er dan nog een hek van gaas? Heel duurzaam, maar wel wat minder voordelig is het aloude smeedijzeren hek. Tegenwoordig ook verkrijgbaar in een versie van hergebruikt aluminium. Je kunt het alle kleuren van de regenboog geven en het is in allerlei stijlen verkrijgbaar, van klassiek tot strak modern.

Wilgen

Landelijk is een hek of schutting van gevlochten wilgetenen. Ze zijn net als bamboeschuttingen kant-en-klaar te koop. Wie handig is en over wilgetenen beschikt, kan ze zelf maken. Waarschuwing: het is hard werken. Het resultaat is echter bijzonder fraai. Zo zag ik in Engeland schuttingen waarin figuren gevlochten waren. Voordat je dit kunt, is een cursus mandenvlechten onontbeerlijk. Ben je minder handig of heb je toch liever een groene schutting, gebruik dan levende wilgentakken. Zet die naast elkaar in de grond en geef ze flink water. Ze groeien gewoon door. Het onderhoud is verder net als bij een gewone haag, dus je kunt knippen en snoeien om deze wilgenhaag in vorm te houden. Indringers buitenhouden? Steek de takken enigszins schuin in de grond en vlecht ze, zodat een gesloten geheel ontstaat. Met goed snoeiwerk ontstaat een muur van wilgen, die heel wat kan hebben.

Tip

De tuin mag niet afgesloten raken van de buitenwereld. Zorg bij het plaatsen van een hek of een schutting dat er toch nog lucht door de tuin kan spelen, want dat komt het microklimaat in de tuin ten goede. In een dichte tuin krijgen ziekteverwekkers meer kans. Planten gedijen minder goed. Bovendien krijg je achter een volkomen dichte muur valwinden, die planten beschadigen.

Bijzondere planten

Akebia

Je ziet hem niet in elk tuincentrum en dat is jammer, want akebia quinata is een bijzondere plant. Het zachtgroene blad ziet er uit als een bloem met vijf ronde blaadjes in een kring gegroepeerd. Het blad blijft een groot deel van de winter aan de plant. Tussen de bladeren komen in het voorjaar paarsbruine bloemetjes die niet opvallen, maar heel apart van vorm zijn. Wanneer het warm is verspreiden die bloemen een kruidige geur. Wanneer je geluk hebt, groeien er na de bloei vruchtjes aan de plant. Akebia kan negen meter lange ranken vormen. Op overvloedige bloei moet je soms een paar jaar wachten. Maar ook zonder bloemen is het een attractieve plant die gemakkelijk door middel van afleggers en zaailingen te vermeerderen is.

Aristolochia

Nog zo'n krachtige klimplant die het in elke tuingrond doet, is de Duitse pijp, pijpbloem of *Aristolochia macrophylla*. Zijn naam ontleent de plant aan de bloemen die er uitzien als een grote kromme (duitse) pijp. Ook deze plant is niet bij elk groen warenhuis te vinden. Soms is geduld vereist voordat de grappige bloemen verschijnen. Mijn eigen exemplaar bloeide jaren niet, zocht zelf een weg onder de stoep door naar een ander stukje muur en bloeide op die nieuwe locatie overvloedig. Een eigenwijze plant, die wel wat in toom gehouden moet worden. Net als akebia is de *Aristolochia* gemakkelijk te vermeerderen. Lange loten zoeken een weg en vormen wortels. De bewortelde stekken kun je vervolgens losmaken en elders uitplanten.



ILLUSTRATIES: INEK TERSTAPPEN

Eerlijk duurt het langst!

Al onze bestrijdings- en bemestingsmiddelen zijn
100% milieuvriendelijk van samenstelling.

Bij Brimex gaat het om de inhoud,
niet om de verpakking!

Biobest insecten - spray

- De uiterst effectieve manier om op een milieuvriendelijke manier insecten te bestrijden.
- Géén chemisch of plantaardig gif, maar actieve werking door hoog geconcentreerde vetzuren.
- Geschikt voor gebruik in huis.
- Leverbaar in gebruiksklare en geconcentreerde vorm.
- Na enkele dagen afgebroken zonder achterlating van residu.

Brimex langwerkende bemestings-producten:

Maerl - zeewierkalk
Tuinplantenmest
Gazonmest
Coniferenmest
Rozenmest
Bloedmeel
Beendermeel
Bentoniet
Bazaltmeel
Lava-gruis
Vinasse
Compostmaker
Vijvermaerl



Alleen-
verkoop in
Nederland



Specialist in milieu-
vriendelijke meststoffen
en bestrijdingsmiddelen

Vraag er naar bij uw tuincentrum.

Postbus 4784, 4803 ET Breda, Fax 076 - 560 01 88

Eerlijk advies op het gebied van sparen, beleggen, pensioen en hypotheek.

Desgewenst maken wij een compleet financieel plan
-ook van uw fiscale situatie-, van nu tot na uw pensioen.
Dat geeft u de vrijheid om keuzes te maken!

Een Groen Pensioen...

Dat betekent dat wij alle mogelijkheden kennen om uw geld
verantwoord en milieuvriendelijk te beheren. Wij werken met zowel
'groene' als 'gewone' beleggings- en verzekeringsproducten
en geven daarover **onafhankelijk** advies.

Onze uitgebreide brochure met achtergrondinformatie en
voorbeelden sturen wij u graag toe.

Ons telefoonnummer is 020 - 622 99 06



ISOSCHELP: Een natuurlijk fundament onder uw woning.

Een laagje Isoschelpen in de kruipruimte.

- * De natuurlijke vloerisolatie.
- * Warmte-isolerend, dus energiebesparend.
- * Nooit meer stank, ongedierte, zwam of schimmels.
- * Isolerende bodemafluiting, geeft vocht geen kans.



- * Licht opvulmiddel bij verzakkingen.
- * Eerste milieuvoorkeur, zowel bij S.E.V. als N.I.B.E.
- * Onbepaalde werking en levensduur.
- * Komt als vloerisolatie in aanmerking voor subsidie.



ISOSCHELP
natuurlijk goed

Molenpolderweg 48, 4401 NR Yerseke Tel: 0113-572626 Fax: 0113-573430

DRUKKERIJ MACULA



Mooi drukwerk

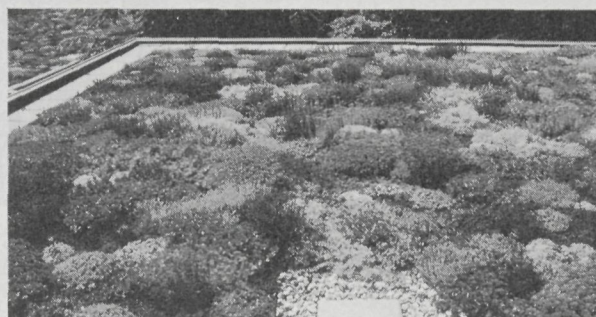
...is mensenwerk, met respect voor het milieu.

DRUKKERIJ MACULA DRUKT O.A. VOOR MILIEU DEFENSIE, DE KLEINE AARDE, PAX CHRISTI, SOLIDARIDAD, DIERENBESCHERMING, IVN, LEKKER DIER.

DRUKKERIJ MACULA B.V. • PARKLAAN 13 BOSKOOP • POSTBUS 244 • 2770 AE BOSKOOP
TELEFOON: 0172 - 214381 • FAX: 0172 - 214692

EKOGRAS®

dakbedekkingssystemen



maakt van ieder dak een 'NATUURLIJK' dak.

- keuze uit verschillende vegetatie's
- inclusief prefab worteldichte rubberfolie
- statische belasting vanaf 50 kg/m²
- toepasbaar bij nieuwbouw en renovatie
- geluidsreductie tot 46 Db.
- isolerende werking
- onbeperkte levensduur
- bestaande uit milieuvriendelijke materialen
- mogelijkheden tot isolatie-subsidie
- tevens leverbaar als "Doe Het Zelf" pakket

voor aanvraag documentatie: Rozenbogerd 2
5301 KD Zaltbommel
Tel. 0418 - 512927
Fax. 0418 - 515277
Dhr. Hobo

EKOGRAS
dakbedekkingssystemen

UNIEK IN NEDERLAND

DE STOFFELHOEVE
ZWITSERSE TEGELKACHELS

FA. RICHTER
TEGELKACHELBOUW

Grote collectie Oude en Antieke
ZWITSERSE TEGELKACHELS



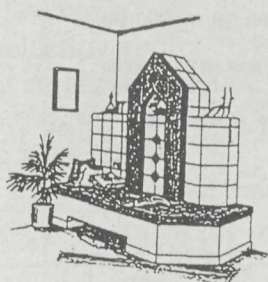
■ uitstekend geschikt
voor ons zeeklimaat

■ aangename
stralingswarmte

■ een van de meest
rendementsvolle
kachels

■ keuze uit 150 stuks
van de meeste eenvou-
dige tot de mooiste
versierde kachel.

■ variërend in gewicht
van 75-150 kg.



'RICHTER
TEGELKACHELS'

- ONTWERP NAAR WENS
- GEBOUWD OP MAAT
- KLASSEK OF MODERN

DE STOFFELHOEVE
STATIONSWEG 86
5807 AC OOSTRUM-VENRAY (LB)
TELEFOON 0478 580361/585956

VRAAG VRIJBLIJVEND INFORMATIE
ZATERDAGS GEOPEND OF NA TELEFONISCHE AFSpraak



Graanvlokken van de Halm

Al jaren heerlijke biologische
graanvlokken en muesli's van een
schone landbouw

Heeswijk-Dinther, tel. 0413 29 30 90

Begin een goed milieu
in eigen land!



20 JAAR LANG

Deskundigheid in top-wijnen uit
betrouwbare ecologische bronnen

VRAAG OM EEN UITGEBREIDE FOLDER

Chateau Prodor

gecontroleerde biologische wijnen

Tel. 0320 24 37 28 Fax 0320 24 17 17
Kempenaar 01-28 8242 BA Lelystad

Ideële Verzekeringen

10% van onze omzet besteden wij bij: Artsen Zonder Grenzen, de Dierenbescherming, het International Tree Fund, Gered Gereedschap, het World Tree Fund, Pop against Racism en Het Noordhollands Landschap.

Voor 't zelfde geld verzekert u zich van een betere wereld.

Tel: 020 - 420 20 32

Stuur mij geheel vrijblijvend informatie over:

- ☐ Ideële Verzekeringen.
- ☐ Inboedel/ Opstalverzekering.
- ☐ Particuliere aansprakelijkheidsverzekering.
- ☐ Ziektekostenverzekering.
- ☐ Levensverzekeringen/ Pensioenen.
- ☐ Koopsompolissen.
- ☐ Hypotheken.
- ☐ Groene autoverzekeringen.
- ☐

Naam: _____ M/V

Adres: _____

Postcode: _____ Woonplaats: _____

Telefoon: _____ avond/dag

Stuur 'm in een ongefrankeerde envelop aan:

Ideële Verzekeringen

Antwoordnummer 47262

1070 VC Amsterdam

Bezoek op afspraak: Nieuwe Kerkstraat 37,
Amsterdam-Centrum

Riolering overbodig dankzij composttoilet en eigen zuiveringssysteem

Het Clivus Multrum Composttoilet- en zuiveringssysteem is milieuvriendelijk en kostenbesparend. Voor nieuwbouw, campings en bestaande afgelegen boerderijen en huizen.

Kraanperlatoren, kranen, douchekoppen WC reservoirs en/of spoelonderbrekende setjes

Met deze producten kunt u een besparing halen tot 70% op water- en energie. Eenvoudig toe te passen op uw huidige of als nieuw sanitair.

Regenwater- zuivering en opvangsystemen

Zowel voor de regenton geschikt als voor toiletspoeling en waswater.

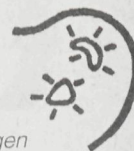


Bel of schrijf voor onze producten
Noorderbaan 25 Biddinghuizen (NL)
Flierenbos 67 Arendonk (B)

jan franssen bouwbiologisch

binnenhuisarchitect

wonen in een gezond huis,
interieuradvies en ontwerp
van woon- en werkruimten,
advies bij renovatie en ver-
bouwings- plannen, tekeningen
voor bouwvoorstellen.



026 443 75 83

Wielakkerstraat 14 6811 DB Arnhem

Meer weten
over de
advertentie-
mogelijkheden!

BEL

Heleen Petter

0411-68 49 21

De ommakeer



tamme kastanje

bouw- en meubelhout, parket,
palen, tuinhout, hekken
zagerij en schaverij
AURO natuurverven

Badhoevelaan 35 - 1171 DA Badhoevedorp
tel. 020-6598477

open: ma t/m vrij. 10.00 tot 17.30 uur
koopav.: vrij. 19.00 tot 21.00 uur

DULLER-WINKELS

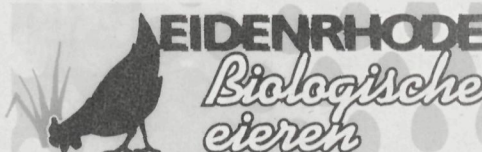
Natuurverf & decoratie

Amsterdam, Amersfoort, Leiden,
Utrecht, Zutphen: 0575-542327
Friesland, Groningen
058-2501456

In de DULLER verfwinkels kunt u terecht voor alle natuurverven voor binnen, buiten, vloeren, wanden, tuin, enz. DULLER is vanaf 1867 leverancier van klassieke verven en grondstoffen. In 1992 is er een nieuwe samenwerking van een zestal DULLER winkels ontstaan met o.a. Linova verfproducten voor restauratie en decoratie en UULA-kookverf. Specialiteiten zijn natuurproducten als boenwas, hout en impregnerolie, bladgoud, spons en depverf, milkpaint, glazeverf, sluierverf, lazuren, pigmenten, patina, politoer, enz. In de DULLER winkels kunt u zien hoe u zelf voor een redelijke prijs een woning fraai afwerkt. Behalve advies en verkoop zijn er ook demonstraties en cursussen.

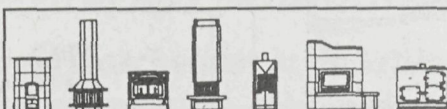
Voor meer informatie:

DULLER DE VERGULDE KWAST
westerkade 19, 3511 HB, Utrecht
Tel: 030-2340615



EIDENRHODE B.V. GROOTHANDEL EN PAKSTATION
van uitsluitend
BIOLOGISCHE EIEREN EN EIERSTRUIF MET EKO-KEUR

Door IKB een gewaarborgde hoge kwaliteit
dmv eigen vervoer snelle leveringen mogelijk Tel. 0413 - 473551



OPEN HAARDEN, KACHELS AGA FORNUIZEN

Waalweg 28, 3999 NS Tull en 't Waal (bij Nieuwegein Zuid)

tel: 030 606 22 84, fax: 030 606 74 32

Open van di. t/m zat. van 09.00-17.00 uur.



Een vouwbroekje
van wol...

dat is heel fijn voor
uw baby en erg
vriendelijk
voor het milieu!

Bel 020 617 73 97 voor informatie,
prijzen en verkoopadressen.

Wol- wikkel

AMSTERDAM

A. SCHELFHOUTSTR. 65 1098 HT AMSTERDAM



OOK VERKRIJGBAAR BIJ: AMERSFOORT, TOMTE
TUMMETOT, 033 461 38 69.

BREDA, LEANDER,	076 520 50 86
DEN BOSCH, DE VUURVOGEL,	073 613 24 57
EINDHOVEN, DE TOERMALIJN,	040 245 05 47
LEIDEN, DE HOORN VAN DONGEN,	071 512 52 91
NIJMEGEN, DE REGENBOOG,	024 322 12 62
ROTTERDAM, ZONNEWIJZER,	010 413 54 95
UTRECHT, DE NATUURWINKEL,	030 231 63 13
ZWOLLE, DE ZONNEBLOEM,	038 422 75 96

FEESTELIJK ONTBIJTEN MET DE RIT BIOLOGISCH KNÄCKEBRÖD NATUREL EN SESAM

Gemaakt van biologisch roggemeel,
biologisch sesamzaad en zeezout.
Zonder gist en conserveermiddelen.

Verkrijgbaar bij elke
natuurvoedingswinkel.



DE BUNDEL

*leem, stroleem
inlands hout, houten vloerdelen
natuurverf, olie, was, zeep
isolatie, wol, vlas, cellulose
composttoilet, waterbesparing
netvrijschakelaar*

ARNHEM **WOONWINKEL**
WIELAKKERSTRAAT 14 / 026-3510204

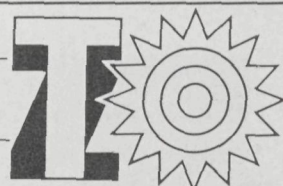
NIJMEGEN **ATRIUM**
DAALSEWEG 109 / 024-3234541

ROTTERDAM **VAN BINNEN**
OVERS. DORPSTR. 68 / 010-4370563

AMERSFOORT **TREPEIN**
BLOEMENDALSESTR. 53 / 033-4759565

**MILIEUVRIENDELIJK BOUWEN EN WONEN BEGINT
BIJ U THUIS. EEN GOED ADVIES BEGINT BIJ DE BUNDEL**

TONZON



Vloerisolatie met Thermoskussens
de *hoogste* isolatiewaarde
en de *laagste* milieubelasting voor:
comfortabel, energiezuinig en gezond wonen.

Bel TONZON 053-4332391

De effectieve isolatie voor vloeren, wanden, daken en baden

Zelf uw afvalwater zuiveren!



ECOFYT

HELOFYTENFILTERS

ONTWERP & AANLEG

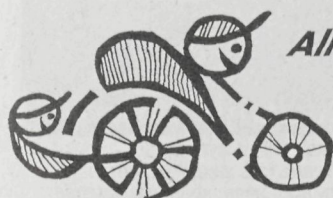
Milieuvriendelijk
Maatwerk
Eenvoudige techniek
Rendabel
Gebruiksvriendelijk
Onderhoudsarm
Zeer laag energieverbruik
Hoge reinigende prestaties

voor meer informatie of brochure:

HOOLKOT 5 5688 JA OIRSCHOT TEL/FAX: 0499-574093



Gespecialiseerd in bijzondere fietsaccessoires
en transportsystemen op menselijke energie.



Alles kan op de fiets!

U kunt de catalogus aanvragen door fl. 5,- over te maken
op giro 4498818 van Trapperkracht te Utrecht.

**KIES VOOR ONS, KOOP BIJ ONS!
Wij rekenen op u!**

Wij verkopen uitsluitend gecontroleerde ecologische kleding. **Dus geen azo verfstoffen, zware metalen, formaldehyde, pesticiden etc.**

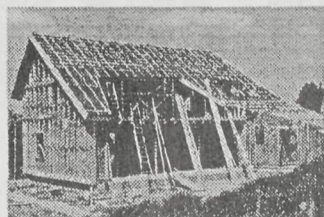
Een greep uit de wintercollectie 1996:

Wollen ondergoed voor vrouwen en mannen, ondermode van zijde en katoen. Panties van 100% katoen. Alpaca handschoenen, poncho's, shawls en truien. Wollen sokken, mutsen, handschoenen en dassen. Truien van wol, katoen en bourettezijde. Stretchbroeken. Winterjassen. Stoffen aan de meter, babykleding..... en nog veel meer.



DE AWARENESS WINKEL WETERINGSCHANS 143, 1017 SE AMSTERDAM, 020-6381059
FALKLAND natuurlijke mode, DR. HERMANSSTR. 21-23, 3971 CJ DRIEBERGEN, 0343-518155

Als het gaat om bio-ecologisch verantwoorde



- renovatie
- nieuwbouw
- projecten

hebben wij voor u:

- theoretische kennis
- praktijkervaring
- vakmanschap

Biologische-Bouw Collectief
Bankven 71, Postbus 285 5050 AG Goirle
Telefoon: 013 534 31 60

Ondergoed, sokken, truien, broeken, jassen, slaapzakken, t-shirts, badjassen, handdoeken, blouses, baby-uitzet, pantoffels, breigarens en nog veel meer!

- deskundig advies
- eko-katoen, wol, zijde, linnen enz.



Obilot Natuurtextiel

Groenmarkt 1, Zutphen
tel. 0575-517091
open: di. t/m vr. 10-18, za. 10-17 uur.



Plaggenhutten 4 p.
Appartementen 4 + 6 p.
Kleine gezinscamping
Slechtweer accommodatie
Finse sauna.

Boyl Fries / Drentse grens 0561 - 421796



voor:

- ter plekke gevlochten schermen van wilgeteen;
- hekwerken van kastanjehout;
- poorten;
- rozenboogjes, plantklimrekken.



Piet Korstanje, één van de vennoten van biologisch-dynamische Boomgaard Ter Linde:

"Met gevarieerde hagen en perceelranden vol bloeiende kruiden proberen we een aantrekkelijke omgeving te creëren voor zweefvliegen, gaasvliegen en lieveheersbeestjes. Bij de bestrijding van bijvoorbeeld luizenkolonies spelen deze natuurlijke vijanden een belangrijke rol. Maar verreweg onze sterkste troef is de harmonische toestand in de bodem, die met BD-preparaten en een zorgvuldige bemesting is opgebouwd."

Citaat uit het boek 'Het land luistert' met 16 inspirerende gesprekken met biologische boeren en tuinders. U ontvangt het als welkomsgeschenk als u nu lid wordt. Voor f 35,- per jaar. Bel 0343-53 17 40.



Vereniging voor
Biologisch-dynamische
landbouw

massief hout

afvalscheiding

natuurlijke produkten

maatwerk

KEUKENS

meubelmakerij

Splinter Natuurlijk wonen

RUIM 16 JAAR EEN BEGRIP. NU IN ZWOLLE.
G. STEPHENSONSTRAAT 11. 8013 NL. 038 4601360.
GRATIS INFO VIA ANTWOORDNUMMER 3099, 8000 WB ZWOLLE



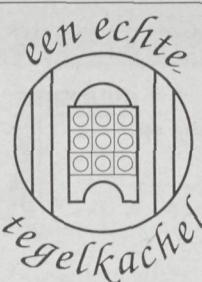
Nemo

vereniging van vrije wandelaars

RED DE ONVERHARDE PADEN

*Nemo organiseert wandelingen en voert actie voor het behoud en de toegankelijkheid van de voetpaden.
Nemo is initiatiefnemer en coördinator van de landelijke Voetpadendagen op 12 en 13 oktober 1996.*

Westerpark 2 - 1013 RR Amsterdam - telefoon/fax: 020-6817013



DE TEGELKACHEL

Dorpsweg 67
Oudendijk
0229-543576



Vlot spreken

In het openbaar en dagelijkse omgang! Overwin spreekangst, stotteren, blozen, verlegenheid!

KE

BON voor gratis prospectus

Naam

Adres

Sturen zonder postzegel aan:
Instituut Koning, Antwoordnr, 1063
6000 VB Weert

KRUIDENHUIS- TORENLAAN 26-1251 HJ LAREN

WINKEL EN VERZENDHUIS VOOR GENEESKRACHTIGE KRUIDEN
TEVENS ADVISERING

TEGEN ELKE KWAAL I'S WEL EEN KRUIDJE GEWASSEN

NU OOK BIJ U AAN HUIS BEZORGD

BESTELLINGEN EN ADVIES:

TEL/FAX: 035-5311488

ODE is de Organisatie voor Duurzame Energie

ODE is de koepel van 20 windturbine verenigingen en 2 PV-verenigingen

ODE informeert u met WINDNIEUWS, het blad voor wind in Nederland.

ODE heeft het INFOPUNT ZON.
Bel 030 - 276 91 69 en raak
wegwijs met zonne-energie.



Word lid: bel 030 276 92 24

Samen met de natuur



NIVON-LIDMAATSCHAP
Leden van het NIVON
kunnen aan alle
activiteiten deelnemen en
genieten kortingen bij
overnachtingen en in
onze NIVON-winkel.
Lidmaatschap afhankelijk
van leeftijd en inkomen.

Informatie: NIVON
Nwe Herengracht 119
1011 SB Amsterdam
Tel. 020 6269661

- 16 Natuurvriendenhuizen
- 24 Kampeerterreinen
- 2400 km. Lange Afstands Wandelpaden
- 800 Natuurvriendenhuizen in Europa van zusterorganisaties
- Actieve reizen, wandelen, zeilen, bergsport, fietsen, trefkampen
- Activiteiten voor en door vrijwilligers; wandelcafé's, lezingen enz.

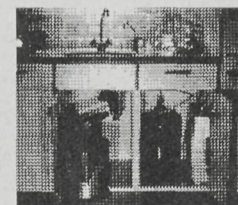
■ LID WORDEN IS NU EXTRA
VOORDELING; NAJAAR 1996
GRATIS BIJ LIDMAATSCHAP
1997

NIVON



ZUIVER DRINKWATER

Omgekeerde Osmose waterzuiveraar, produceert kristalhelder, lekker, en gezond consumptiewater, na voorfiltratie wordt het leidingwater langs een (semi-permeabel) membraam geperst. Het gezuiverde water wordt opgeslagen in het reservoir. Onzuiverheden worden door het riool afgevoerd.



- ☞ Zuivert op moleculaire schaal waardoor een zeer hoge zuiverheids graad wordt bereikt.
 - ☞ Elektronische bewaking.
 - ☞ Werkt op bestaande leidingdruk.
 - ☞ Gebruikt absoluut geen chemicaliën.
 - ☞ Alles onder de aanrecht, excl. kraantje.
 - ☞ Geen gesjouw meer met plastic flessen.
 - ☞ Zeer lage kostprijs ong. 0,05 per liter.
 - ☞ Zeer geschikt voor natrium vrij dieet.
 - ☞ Vraag om een watertest.
 - ☞ Een uittreksel over ons drinkwater kost fl.10,-
- Ook voor: Elektrische- en handmolens, muesliwalsen, fruitpersen, ontsappers, kiemglazen en zaden, vruchtensapmachines, bessenmolen, broodbakmachine, tarwegrassappen maken, hooikisten zuurkoolpotten, vruchtendroger, yoghurt, ijs, en kaas maken, olie persen. Enz.

De Natuurlijke Molen
Hilversumstraat 98, 6843DL Arnhem
Tel. 026-3812320 Fax 026-3819840.

'Duurzame Energie' schoon genoeg

We willen niet beweren dat „Duurzame Energie” HÉT antwoord is op het afzien van kernenergie. „Duurzame Energie” is wel dringend nodig om de wereld leefbaar te houden. Wij vragen ook uw medewerking. Maak familie, vrienden, kennissen abonnee voor f 70,-.

Ik neem een
jaarabonnement op

duurzame
energie

Naam:

Adres:

Stichting Tijdschrift Duurzame Energie
G. Le Belle
Voorweg 9 - 1871 CK Schoorl

Zonder „Duurzame Energie” valt er niet meer te leven

1 NAAST DEKVERF, BEITS, MUURVERF EN VLOERPRODUKTEN

SPECIEKE TOEPASSING

AURO
NATUURVERF
TEL 035.6945717

HEEFT AURO PRODUCTEN

ZIE MET WATER OF CITRUSOLIE VERDUNBAAR ZIJN, VOOR



FINN-LOGS

milieuvriendelijk energiebesparend bouwsysteem

Als u in hout gaat bouwen mag u 100% verwachten van uw woonklimaat. Finn-Logs biedt u die 100%, qua kwaliteit, betrouwbaarheid en jarenlange ervaring. **Vraag vrijblijvend onze brochure aan.** Natuurlijk Finn-Logs, het betrouwbaarste adres van Nederland.

Idsteinlaan 15 5252 BJ Vlijmen Tel. 073-5116344 Fax 073-5118337

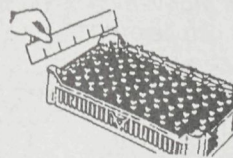
MEYTUIN voor de MOESTUIN



HOUTEN BROEIKASSEN

Een houten broeikas is net zo sterk, gaat net zo lang mee en is vele malen goedkoper! Het nylon-gewapende kasfolie is beter dan glas! In iedere gewenste maat, geheel compleet, incl. fundering.

Prijsvoorbeeld: Maxi-kas 370 x 300 x 220: f 695,-



MEYTUIN'S BEROEMDE VOORZAAIBAKKEN

Ook als stekbak! Nooit meer verspenen, altijd doorgroei! Het simpelste en goedkoopste systeem!

60 potkluiten tegelijk: per stuk f 29,50

Verder hebben wij nog meer dan 100 andere slimme tuinartikelen, zoals PORTAPATH looppaden, hogedruk-spuiten, snoeischaren, folietunnels, mollenverjagers, kas- en tuinbewatering, plantensteunen, originele hanging baskets, automatische raamopeners, diverse soorten gewasbeschermingsfolie, noppenfolie, klimgaas, tomatenhoezen, electrisch verwarmde kweekbakken, kasverwarming, composters, plantenstokken, enz.

Alles voor de volks- en moestuin en nog veel meer! Benieuwd? Vraag onze gratis catalogus '96.

Tel. 0165 - 541027 Fax. 0165 - 550319
Postbus 1800, 4700 BV Roosendaal

MEYTUIN VOOR IEDERE TUIN

MEYTUIN HET VERZENDHUIS

IN SLIMME TUINARTIKELLEN

Pavatex isolatie •

Agpo zonnepanelen & HR ketels •

Bioparket en vloeren •

Natuurverf •

ROBINIA

Ecologische en duurzame bouwproducten

Emmakade 59 8921 AG Leeuwarden Telefoon - Telefax 058 2157316

De Bjorktafel

Vouwbaar en in hoogte
verstelbare massagetafel
van berkehout

BODYWORKTABLE



Bel voor meer informatie
Nordlund & Gericke
Tel & Fax 070-3247589

The beauty deep inside



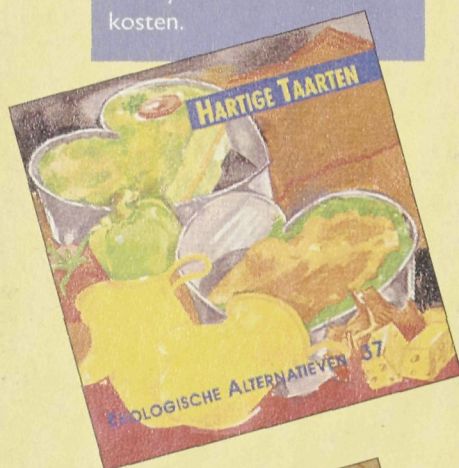
'Fantastische collages' is als omschrijving van het werk van 'knip-en-plakkunstenares' Joke Kasius (26) niet bezijden de waarheid. Deze collage is misschien wel de fraaiste van alle. 'Iedereen pikt deze er als eerste uit', zegt Joke. De mooie kop van dat paard bovenin en de wonderlijke versiering eromheen zijn ook van een bijzonder diepe schoonheid. Tijdschriften hoeft Joke niet meer te kopen. Die krijgt ze cadeau van vrienden en kennissen. Elle, Nouveau en andere glossy's: ze gaan er allemaal aan! Een vorm van hergebruik die leidt tot verrassende kijkspelletjes. Joke werkt er uren, soms dagen aan. 'En als het niet goed is, leg ik het een nacht onder mijn bed. De volgende dag weet ik hoe ik verder moet.'

Het werk van Joke Kasius is tot half december te zien in de Van Cooth-hoeve van De Kleine Aarde, Klaverblad I te Boxtel.

Van De Kleine Aarde

BESTELLEN?

Gireer het juiste bedrag naar giro nr. 52730 van De Kleine Aarde in Boxtel, o.v.v. de gewenste titel(s). Voor België is het giro nr. 000-1137770-57. Alle prijzen zijn inclusief verzendkosten.



WIJN uit eigen tuin

Een tongstrelende hobby
48 p., geïll., ISBN 90 6454 2600
f 10,50/Bf 210

Brouw BIER voor je plezier

't Smaakt beter!
48 p., geïll., ISBN 90 6454 2627
f 10,50/Bf 210

INMAKEN & bewaren van groente en fruit

Een wintervoorraad van zomerovervloed
36 p., geïll., ISBN 90 6454 2562
f 10,50/Bf 210

JAM maken zonder suiker

De frisse smaak van vruchten
36 p., geïll., ISBN 90 6454 2678
f 10,50/Bf 210

SAP maak je natuurlijk zelf

Van limonadesiroop tot bramen-whiskey
36 p., geïll., ISBN 90 6454 2805
f 10,50/Bf 210



Hartige taarten

Heerlijk herfstig hartig
48 p., geïll., ISBN 90 6454 2872
f 10,50/Bf 210

Hete Bliksem!

Internationale vegetarische heerlijkheden
48 p., geïll., ISBN 90 6454 2899
f 10,50/Bf 210

Tuinen van Overvloed

Achtergronden en praktijk van permacultuur. Donateurs
200 p., geïll., Het Spectrum, ISBN 90 274 47551
f 55,90/ Bf 1118 Voor Kleine Aarde-donateurs: f 44,70/ Bf 894



NIEUW!

Videoband

Duurzaam Bouwen

Film over de nieuwste bouwtechnieken, met het Bezoekerscentrum van De Kleine Aarde als voorbeeld.

f 21,50/ Bf 430



VERHALEN- WEDSTRIJD

Doe mee aan de Groene Gekken Rally! Zie p. 3.

*Kom eens kijken in de Kleine Aarde-winkel: sieraden, kunstnijverheid, boeken, zaden, kantoorspullen, levensmiddelen, zeepjes, ansichten, alles ecologisch, eerlijk verhandeld, milieuvriendelijk
Uitgave-overzicht op bladzij 34!*

