



De Kleine Aarde

Zomer '96

■ Biologische tandarts: poets je tong!

■ Bouw zelf een grasdak

■ 8 EHBO-kruiden

Het verhaal
achter de
wonderboon **SOJA**

Kwartaalblad voor een duurzame leefstijl

De Kleine Aarde Zomer '96



Soja de wonderboon

De sojaboon heeft een koosnaampje: wonderboon. Als vleesvervanger is hij geschikt vanwege zijn eiwit en proteïnen, en verder bevat het gewas vitaminen, mineralen en meer positieve elementen voor de gezondheid. De Kleine Aarde neemt de handel en wandel van de sojaboon onder de loop.

Pagina 6



Minister de Boer op bezoek

Minister Margreeth de Boer verrichtte de openingshandeling voor het nieuw ingerichte terrein van De Kleine Aarde. In een gesprek met twee redactieleden prijst ze de volhardendheid van De Kleine Aarde.

Pagina 27

Biologisch gevuld

Gewone tandartsen vullen gaatjes met kwik. De biologische tandarts peinst er niet over. 'Kwik mag je niet in het milieu dumpen, dus waarom wel in de mond?' zegt Harry Bong, biologisch tandarts in Haarlem. De Kleine Aarde nam plaats in de stoel.

Pagina 24

EHBO-kruiden

Tijdens de vakantie een bloed-neus, blaar, wespsteek of brandwond opgelopen? Bied met vers geplukte kruiden eerste hulp! Pluk nooit meer dan nodig is; onze leefomgeving blijft kwetsbaar.



Pagina 48

Biologisch bier

Biologisch bier presteert boven verwachting, blijkt uit een smaaktest die De Kleine Aarde organiseerde in de oude Arcense Stoombierbrouwerij.

Pagina 38



Inhoud nummer 97

Redactioneel

Thema De wonderboon soja	6
Landbouw Operatie ekonoot	11
Reportage Verpleegkundigen tegen verspilling	12
Interview Succesauteur Donderwinkel voelt zich geen schrijver	14
Test Milieuspelletjes: mens erger je groen	16
Reportage De fluisterboot van Erik van Gameren	18
Verhalenwedstrijd Groene Gekken Rally	19
Ecostad Honderdvijftig voorbeelden verzameld	21
Opinie Biologische wereld betoogt netjes tegen genetische manipulatie	22
Reportage Tandarts behandelt amalgaam-overbelasting	24
Actie Earth ALARM gebruikt de pen als wapen	26
DE KLEINE AARDE ACTIEF	27
 Interview Minister de Boer vindt De Kleine Aarde belangrijk	27
Reportage Over roomse kervel en andere terreinzaken	29
Activiteitenprogramma	30
Groene Pluim Inzenders waterwedstrijd creatief in huis	32
Boeken Voorpublicatie Tuinen van Overvloed	33
Voeding Vragen aan Anneloe Rijpkema	35
Recepten Koken met noten	36
Smaaktest Eco-bier scoort boven verwachting	38
Spijker op z'n kop Maak zelf een grasdak	40
Wonen Netvrijschakelaar remedie tegen elektro-stress	41
Consument Vragen aan Jol Moors	42
Grrroen Geiten melken bij de ecokids-brigade	43
Wandelen Eerste hulp met kruiden	48
Tuin Vragen aan Anita Maas	51
Tuin Op vakantie - en de moestuin dan?	52

Leren

Minister de Boer zei tijdens haar bezoek aan de Kleine Aarde dat ze niet zo veel meer kan leren van De Kleine Aarde. De Boer tuiniert biologisch, is een goede klant van de natuurwinkel en fietst als het even kan. We trekken haar woorden in twijfel. Wie goed rondkijkt op De Kleine Aarde, ziet dat natuur hier een zeer prominente plaats inneemt. Daarin past geen Hoge Snelheidslijn, A73 of vijfde baan. Consuminderen van vervoer is ook een item van De Kleine Aarde. In het middenkatern actief vindt u een interview met de minister.

De Kleine Aarde besteedt in dit nummer aandacht aan vleesvervanger soja. De teelt en verwerking van biologische soja blijkt goed georganiseerd, maar over de gezondheidseffecten van de wonderboon is men nog niet uitgepraat.

De biologische tandarts passeert de revue, evenals een groep actieve verpleegkundigen die een eind wil maken aan verspilling en vervuiling in ziekenhuizen. Doe-het-zelvers kunnen aan de slag met een handleiding om een grasdak te bouwen. Creatieve geesten worden door de redactie uitgenodigd hun ervaringen met de duurzame leefstijl aan het papier toe te vertrouwen. Het winnende verhaal komt in De Kleine Aarde.

En vergeet u vooral Open Dag van De Kleine Aarde op 16 juni niet. Leuk en leerzaam. Iedereen is welkom, toegang gratis. U kunt dan meteen een eco-biertje drinken, dat zoals uit de smaaktest in dit nummer blijkt, niet onder doet voor gangbaar pils. Maar dat wist u waarschijnlijk al.

En verder

Postbus 151	2	Column: de Vrek	42
Clara	3	Mensen en Mogelijkheden	44
Uit het nieuws	4	Milieu Thuis	45
Ecocrypto	10	Bladeren	46
Column: Kraker	10	Raadgevers	50
Regeladvertenties	20	Column: Willem Iven	51
Column: Kees Stip	25	Kunst	61
Bon	29		

De Kleine Aarde

Postbus 151, 5280 AD Boxtel
tel. 0411-684921, fax 0411-683407
E-mail: dekleineaarde@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.

Versijnt 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, Helène Kleijburg,
Laurens Lammers.

Aan dit nummer werkten verder mee:

Donald van den Akker, Alice Bender,
Irene Bloemink, Esther Bruls, Lowie van
Erk, Ilse Leeuwerik, Willem Iven,
Rijkert Knoppers, Michel Post, Bram
Postumus, Michel Robles, Janneke
Roodzant, Fleur Speet, Miranda van der
Stelt, Lin Tabak, Hanneke van Veen.

Foto's en tekeningen:

Bomenstichting, Ecokidsbrigade
Zoetermeer, Ron Giling Lineair (o.a. omslag),
Ruud Gort, Hemelrijk Electronics,
Katrien Holland, Hollandse
Hoogte/Harrie Timmermans, Rob
Huibers, Maurice de Jong, Ellen Karis,
Sander Kessels, Vereniging Milieu-
defensie, Miranda van der Stelt, Stichting
Veldwerk Nederland, Inek Terstappen,
Twan Wiermans, Y-tech, Zuiver Zuivel.

Vormgeving

Heleen van der Sanden-de Groot

Advertenties

Paula van Woerkom en Heleen Petter
(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 ma-
ken 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 natuurvoedings-
winkel. Oude nummers kunnen worden
nabesteld door de prijs plus verzendkos-
ten over te maken op giro 52730 van De
Kleine Aarde in Boxtel. Nrs. 1-26 uitge-
kocht. Oude nummers f1,-.
Verzendkosten f3,- voor één exemplaar,
f5,- voor meer exemplaren.

Druk: Macula, Boskoop

Uitgever: 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.

Uitkering

Niet voor commerciële berichten - zo staat luid en duidelijk in de aanhef van de rubriek Mensen en Mogelijkheden. Nogal wat huiseigenaren, eengezinsbedrijfjes en andere ondernemers vragen per gratis advertentie om tijdelijk personeel, in de meeste gevallen tegen kost en inwoning. Leuk timmeren in de bergen, stenen bikken in een uitgestorven dorp, mest kruien op het land. Vrijwilligers of hulp, zo noemen ze het in 11 van de 32 advertenties, De Kleine Aarde lente '96.

Een uitkering is voor een flink deel van deze vrijwilligers, die ongetwijfeld een nuttige en aangename tijd zullen doormaken, de economische basis van het bestaan. De zomerse idylle of het herfstige landleven zijn een ieder van harte gegund. Maar ook voor een aantal aanstaande werkgevers in de Aveyron of de Achterhoek, is een uitkering de economische basis van het pioniersbestaan. Het zij ook hun gegund, degenen die de bijstand laten doorlopen lang nadat ze verhuisd zijn, degenen die de laatste maanden de WW in den vreemde besteden. De biologische tuin en het naturisten-campinkje zijn nu eenmaal niet

direct winstgevend, if ever.

Let wel, deze hulpvragers kom je niet alleen in De Kleine Aarde tegen. Bezitters van bouwvallig onroerend goed adverteren waar ze hun vrijwilligers kunnen vinden. En betalen daarvoor, vanzelfsprekend. Het is aardig en goed voor de saamhorigheid dat de leden van De Zwarte Hand gratis in hun clubblad mogen adverteren. Zoals geconstateerd, lukt het daarbij niet om commercieel te onderscheiden van niet-commercieel. Logisch, je adverteert tenslotte om er iets aan te hebben.

Maarten Dulfer, Welsum

Kringlooppapier

Ik ben er altijd vanuit gegaan dat jullie alleen maar 100 procent kringlooppapier gebruiken. Helaas kan ik dat nergens vinden in het colofon. Hoe zit dat?

M. Schaay, Amstelveen

Sinds het lentenummer staat het in ons colofon (red).

Composttoilet (1)

In het lentenummer van De Kleine Aarde schrijft Michel Post dat er aan het systeem van de Compact Composteur (CC) van de Twaalf Ambachten niet veel meer is gesleuteld. Het tegendeel is waar. Bijvoorbeeld: een permanente vochtafvoer, een kantelklep of een stel zelfsluitende kleppen onder de bril, sterk verbeterd mechaniek voor het keren van de CC, verbeterd deksel, ventilator-aansluiting, CC-types voor op de vloer voor instellingen, in roestvrij staal, in recycling polyetheen, als voorbeeld bouw pakket of de meeneem CC (ook bij De Kleine Aarde te zien), de oplossing waarbij hergebruik en waterbesparing het grootst is. Wij doen ons best om het systeem verder te ontwikkelen en

oplossingen aan te reiken voor ondervonden problemen.

Hans Baarslag, technisch bureau
HAMAR, Wierden

Composttoilet (2)

Er is goed nieuws voor Michel Post. In Engeland is het systeem van de Compact Composteur (CC) van de Twaalf Ambachten al lang erkend (zie *Whole Earth Review*, voorjaar 1992. Een publicatie van het *Centre for Alternative Technology* in Wales onder de titel *Fertile Waste* in de serie *New Futures* noemt de CC het kleinste en *most sophisticated* yet). De voor de Duitse spoorwegen ontworpen CC, fa. Hübner te Kassel, voldoet inmiddels al jaren uitstekend en levert goede compost. Van de kampeer CC's zijn er al tientallen verkocht, die tot alle tevredenheid van de gebruikers werken. De Stichting De Twaalf Ambachten in Boxtel stelt zich tot taak om beginnende kleine ondernemers met deze en vele andere ontwerpen op weg te helpen. Na de 'informatie' van Michel Post zullen zij niet veel nieuwe klanten kunnen verwerven. Had Michel één telefoontje met ons secretariaat gevoerd, dan zouden veel hiaten in zijn kennis zijn opgevuld!

George Sandberg, Stichting De
Twaalf Ambachten, Boxtel

Composttoilet (3)

Met verbazing heb ik *Het beste composttoilet is nog niet uitgevonden* gelezen en me afgevraagd hoe dit ooit zonder research of navraag geplaatst kon worden. Als importeur van Clivus kan ik me slechts uitspreken over het Clivus Multrum-systeem, maar ik kan me voorstellen dat mijn collega's van De Twaalf Ambachten en Willem Faber ook iets van zich laten horen. Het Clivus Multrum systeem

CLARA

door Sander Kessels



wordt wereldwijd in 21 landen toegepast en vanuit de Verenigde Staten en Zweden continu verbeterd, dankzij onderzoek. Het is en blijft een natuurproces! Nooit echter hebben zij het basisprincipe veranderd. Men blijft gebruik maken van het toilet zonder water, dus rechtsreeks aansluiting op de Multrum-container.

Als men het Clivus Multrum composttoilet goed gebruikt, voor toilet en gft, bespaart men niet alleen een enorme hoeveelheid drink- en afvalwater, kostbare riolerings techniek en kilometers infrastructuur, maar ook op kunstmatige, kostbare gft-kringloop. Apart ophalen, transporteren naar verwerkingsstations, verwerking en verpakking en opnieuw transport naar gebruikers is overbodig. Dan is een plekje onder het huis toch niet te veel gevraagd?

Wat de toepassing van dit systeem enorm zou bevorderen, is dat voor alle erkende systemen, zoals Clivus, dezelfde overheidsfinanciering geldt als voor de riolering. De overheid financiert die miljarden wel. Iedereen krijgt jaarlijks de afschrijving voor onderhoud. Die stijgt nog steeds. Als de

voorfinanciering nu wordt ingevoerd zijn er dit jaar geen 50 maar 5000 composttoiletten. D. Vandy, Ecosave, Utrecht

De verkopers van composttoiletten presenteren hun produkt zonder uitzondering als een volwaardig alternatief voor het spoeltoilet. Over vliegenplagen, onplezierig vormen van onderhoud en stank hoor je ze echter nooit. De mensen die zich tot nu toe vooral vanuit de techniek hebben ingezet voor composttoiletten, zou ik willen aanraden zich niet alleen op complete compostering van faecaliën binnen woningen te richten, maar ook andere technieken van droge afvoer te gaan bestuderen. Zelf denk ik aan de ontwikkeling een verbeterd tonnenstelsel (Michël Post).

Caribische keuken

Een opmerking bij de aankondiging van de Caribische keuken (De Kleine Aarde, lente '96).

Keshi yena (en niet khesie jena) is een uitgeholde Edammer kaas met een vulling van vlees, vis of wat maar voorhanden is. Keshi is kaas, yena is uien. De Nederlands Antilliaan/Arubaan is een uitgesproken carnivoor. Vlees is het belangrijkste deel van dagelijkse dis en feesten. Kaj Surink, Tilburg

Rectificatie lentenummer

In het lentenummer van De Kleine Aarde kreeg de firma Ecofynt in het artikel over het composttoilet per abuis het verkeerde telefoonnummer. Het moet zijn: 0499-574093. Verder zijn de fotobijschriften op de pagina's 7 en 8 verwisseld. Kunstenaar Peter School heet in werkelijkheid Peter Doesburg.

Overige medewerkers De Kleine Aarde

Educatie en Voorlichting: Joost Andrik, Gabi Bakker, Ciel van der Lugt, Jol Moors (algemeen), Anita Maas (moestuin), Anneloe Rijkema (voeding), Harrie Perebooms (bouwen en wonen), Jan Juffermans, Jacqueline Magnee (beleidsmedewerker). Tuin: Stijn Ariaens, Ben van Dieren, Henk van Els, Theo Gijsman, Marcel d'Hont, Okkel Klaver, Juul Kluitmans, Marjon van de Meerendonk, Ingrid Spaargaren, Guido Verdonk. Administratie: Frans Boons, Wiens Hendrikx, Sofia van der Loo, André Wouters. Bezoekerscentrum: Marina de Bekker, Martin Buskens, Truus Goossens, Alex Zondervan. Onderhoud: Ad Claassen, Bert Schneider, Frans van de Westelaken. Huishoudelijke Dienst: Karin Kunst, Marianka Wanninkhof. Directie: Petra Souwerbren.

Auteursrecht De Kleine Aarde 1996

ISSN 0166-3704

Open dag op 16 juni

Het nieuwe Bezoekerscentrum uit de stijgers, het terrein van top tot teen in een ander jasje. Wie het nieuwe gezicht van De Kleine Aarde wil zien, is van harte welkom op de open dag op zondag 16 juni. U kunt talloze kraampjes afstruinen of op het terras een ecologisch drankje of hapje nuttigen. Er is muziek, een kinderprogramma en natuurlijk volop gelegenheid om eens rustig grote veranderingen op het terrein te beschouwen.

Open dag, zondag 16 juni van 10 tot 16 uur.

CHIPCARD-FIETSEN

Rijwiel te gebruiken met pinpas

Dit najaar zullen in het centrum van Amsterdam weer witte fietsen rijden. Op dit moment doet het TNO onderzoek naar de mogelijkheden van een fiets die met een 'chipcard' uit het rek te halen is.



De passagier toetst in naar welke bestemming hij of zij met de fiets wil. Een centrale computer geeft aan hoeveel de ritprijs bedraagt. Afhankelijk van vraag en aanbod bij de verschillende rekken, kun je geld op je kaart bijgeschreven dan wel afgeschreven krijgen. Wanneer het rek op de plek van bestemming zo goed als vol is, betaalt de fietser meer dan de gemiddelde 50 cent. Is het rek helemaal leeg, dan krijgt de fietser geld toe. De witte fiets, wederom een uitvinding van ex-provo Luud Schimmelpenninck, moet een aanvulling vormen op het openbaar vervoer in de hoofdstedelijke binnenstad. Als alles goed gaat staan er over twee jaar 70 rekken met 1000 fietsen. Voor het zover is, wordt een klein aantal rekken en fietsen in de Plantagebuurt geplaatst. De diefstalgevoeligheid van de fiets wordt tegengegaan doordat de fiets niet alleen door z'n kleur opvalt, maar ook door z'n formaat. Het rijtuig zal zoveel mogelijk uit één stuk bestaan, kleine wielen hebben en uit unieke onderdelen zijn opgebouwd. Fietsendieven worden zo danig afgeschrikt: de fiets is immers herkenbaar. Ditmaal wel een haalbaar initiatief? We houden u op de hoogte. (Fleur Speet)

BIO-MELK IN PAK



Groene Koe gemiste kans

Bijna tegelijk met de introductie van de polycarbonaat melkfles van Melkunie, kwam Zuiver Zuivel op de markt met biologische zuivel in een kartonnen pak onder de naam De Groene Koe. De biologische zuivelproducent lijkt een kans gemist te hebben. Waarom geen biologische melk en yoghurt in de polycarbonaatfles, die veel milieuvoordelen heeft op glas en karton?

Jan Zomerdijk van Zuiver Zuivel vindt de polycarbonaatfles geen optie. De fles is te duur. Wie de fles gebruikt, moet de produktielijn aanpassen, compleet met een geurdetector en lekkendetector. 'En wij hebben niet het distributievoordeel dat Melkunie wel heeft. Bij ons gaat het om veel kleinere hoeveelheden', aldus Zomerdijk.

Dat biologische melk in karton wordt verkocht, is op zich al een unicum. Biologische zuivel gebruiken stond gelijk aan zeulen met zware tassen, gevuld met kilo's glaswerk. Volgens Zuiver Zuivel heeft de discussie over voor- en nadelen van glas en karton voor het milieu geen duidelijke winnaar opgeleverd. Vereniging Milieude-

fensie is het daar niet mee eens en blijft de voorkeur geven aan statiegeldverpakkingen die opnieuw worden gevuld.

De kritische consument laat zich zuivel in karton goed smaken. Zuiver Zuivel zag zijn omzet met vijf tot tien procent stijgen. Als proef staan op de Boerenmarkten in Amsterdam en Utrecht containers, waar klanten lege pakken in kunnen gooien. Van de pakken wordt in Finland kantoormeubilair gemaakt.

Overigens heeft de polycarbonaatfles niet louter voordelen voor het milieu. Melkunie betreft de statiegeldfles bij Greiner in Oostenrijk, dat chloor gebruikt in het productieproces.

(Helène Kleijburg)

FOTO: ZUIVER ZUIVEL



WEGVERLICHTING

FOTO: HOLLANDSE HOOGTE/HARRIE TIMMERMANS



Duisternis onder druk van 'vermasting'

Natuurbeheerders als Staatsbosbeheer en Natuurmonumenten maken zich zorgen over de steeds meer oprukkende wegverlichting. Onlangs hielden ze een symposium over het probleem onder de titel 'Licht op de openbare weg.' Boodschap: houd licht en duister in evenwicht.

De nacht staat onder druk in ons hyperactieve Nederland, aldus Geo Kuiper van Staatsbosbeheer. Door de dominantie van de menselijke samenleving en de daaruit voortvloeiende economische bedrijvigheden hebben waarden als natuur, stilte en duisternis het steeds moeilijker.

Vorig jaar al bevochten Staatsbosbeheer en Natuurmonumenten de rigoureuze aanleg van snelwegverlichting op de Veluwe. Dat gevecht ging mede om de beperking van de energiekosten, het tegengaan van landschapsvernietiging door 'vermasting' en de effecten op flora en fauna. Over dit

laatste bestaan nog weinig harde gegevens. Dat wegverlichting zowel nacht- als dagdieren schaadt, staat buiten kijf.

Dagdieren kunnen 's nachts de gordijnen niet dichttrekken en nachtdieren vinden geen voedsel meer omdat ze amper kunnen jagen in het kunstlicht.

Voor zeldzame vleermuizen zijn de vele lichtmasten in de natuur funest, heeft Zweeds onderzoek uitgewezen.

Technisch zou het overigens mogelijk zijn om de lichten te dimmen bij een afnemende verkeersintensiteit. Bedrijven zouden hun neonreclames na een bepaalde tijd moeten doven.

(Laurens Lammers)

ECOMILES SPAREN

Hoe milieuvriendelijker, hoe meer punten

Geen air-miles, maar eco-miles. Het idee is niet nieuw, maar de uitvoering ervan is in zicht. Stichting Agenda 21 Tarief 21 heeft na twee jaar onderzoek een plan voor de invoering van eco-miles gepresenteerd.

De consument die biologische producten koopt, wordt momenteel gestraft door de hoge prijzen ten opzichte van het gangbare circuit, redeneert Jürgens Redczus, mede-oprichter van de stichting en eigenaar van natuurvoedingswinkel De Biotoop in Leeuwarden. Wie echter gratis ecomiles bij de biologische boodschappen krijgt, heeft een extra reden bewust te winkelen. Hoe milieuvriendelijker een produkt, hoe meer ecomiles. Bijvoorbeeld: een zak Eko-aardappelen is goed voor 25 ecomiles; aardappelen met het Agro-keurmerk, minder milieuvriendelijk, leveren 0,1 ecomile op. Een transport- en regio-indicator moet uitwijzen hoeveel kilometers zijn afgelegd voor het tot stand komen van het produkt. Hoe kleiner de afstand, hoe beter voor het milieu en hoe meer ecomiles de klant dus krijgt. Door het aantal miles dat aan een produkt kleef, komt de consument te weten dat een potje buitenlandse yoghurt minder milieuvriendelijk is dan een fles yoghurt uit de regio.

Wie genoeg ecomiles vergaart, kan ze uitgeven aan een ecologische boerderij-vakantie of een duurzaam artikel. De ecomile past ook goed in het Local Exchange and Trade System (LETS), een betaalsysteem, waaraan geen geld te pas komt. Jürgens Redczus, die de eerste winkel in Nederland heeft waar kan worden betaald met LETS, hoopt dat registratie van ecomiles in de toekomst met de pinpas zal geschieden. Jürgens Redczus wil elk produkt er stapsgewijs bij betrekken. Voorlopig moeten proefprojecten in Friesland en een Randstedelijke gemeente de spaarvorm testen.

(Helène Kleijburg)

IJBURG

Vogels de dupe van bouwplan

IJburg is de naam voor het nieuwe bouwproject nabij Amsterdam, dat de stad 18 duizend woningen moet opleveren in het jaar 2008. Waarschijnlijk wordt in september door de gemeenteraad van Amsterdam besloten of dit stuk natuurgebied wordt prijsgegeven aan de toekomstige bewoners. Reden voor de werkgroep Red het IJmeer, waarin groepen als de Vereniging tot Behoud van het IJsselmeer en Natuurmonumenten zitten, om luid aan de bel te trekken. In april werd een petitie ondertekend voor het behoud van het IJmeer door bekendheden als Marga Minco, Midas Dekkers en Jos Brink.

Niet alleen inwoners van Durgerdam en recreanten uit de omgeving zien het bouwplan niet zitten, ook vele vogels worden de dupe wanneer IJburg doorgaat. Het IJmeer is van groot belang voor trekvogels en vaste bewoners als de kuifeend en toppereend.

De gemeente heeft de projectgroep IJburg alvast aan het werk gezet. Met prachtige folders worden toekomstige bewoners lekker gemaakt. Geopperd is de wijk autovrij te maken, maar bij navraag blijkt daarvan niets in de planning te zijn. Een frequent rijdende trein is uit de plannen geschrapt. (Fleur Speet)

BRAM POSTHUMUS

De wonderboon SOJA

Vergeleken met de hoeveelheid gangbare soja die ons land binnenkomt, stelt het aandeel biologische soja weinig voor. Wel is de teelt en verwerking van biologische soja goed georganiseerd. Het verhaal achter de wonderboon.

Wat de natuurvoedings- en milieubeweging met jarenlang campagne voeren niet voor elkaar kreeg, was binnen enkele weken werkelijkheid door de ziekte van de gekke koeien: de vleesindustrie raakte in een crisis. Gouden tijden voor biologische en scharreldaggers die vlees verkopen, dat niet met resten dood schaap is vetgemest. Gouden tijden ook voor de voorstanders van vegetarisch eten. De spectaculaire omzetting voor natuurvoedingsmiddelen in het Verenigd Koninkrijk is illustratief. Vetara, producent van vleesvervangers op de Nederlandse markt, zag haar omzet na 25 maart 1996 met zestig procent stijgen. Wie geen vlees wil, kan kiezen uit een scala van vleesvervangers: tofu, tempeh of een bioburger. Belangrijkste bestanddeel daarin is afkomstig van de wonderboon sojaboon. De sojaboon is rijk aan B-vitaminen, mineralen, onverzadigde vetzuren, eiwit en proteïnen en wordt vanwege deze laatste twee verondersteld een uitstekende vleesvervanger te zijn. Oorspronkelijk is soja een Zuidoostasiatische plant. Inmiddels heeft het produkt soja zijn weg naar grote delen van de wereld gevonden, met als opvallende uitzondering het Afrikaanse continent. Er worden twee soorten soja over de wereld verhandeld: reguliere en biologische. Omdat in de statistieken over soja-importen en -verwerking geen onderscheid bestaat tussen regulier en biologisch, zijn van de exacte verhoudingen geen cijfers. Wat vast staat is dat de omzet van de tweede in het niet valt bij die van de eerste groep.

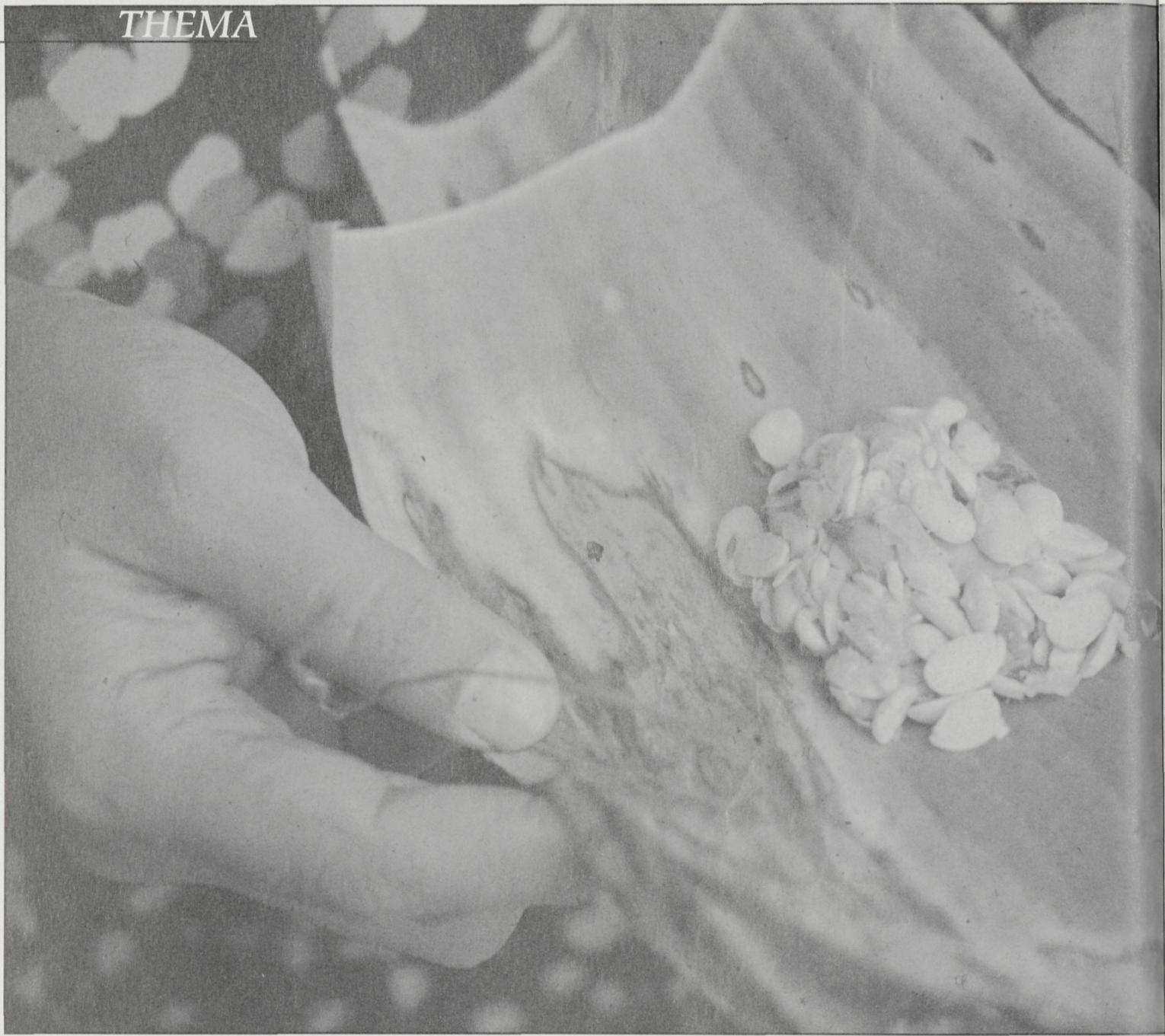
Grootschalig

Van margarine en kofficreamers, van zuivelprodukten tot koekjes, in heel veel levensmiddelen wordt gangbare soja verwerkt als vervanger van dierlijk vet. Aan de teelt van het gewas zitten heel wat haken en ogen. Eén ervan is de grootschalige produktie in monocultuur in landen als Brazilië, Argentinië, de Verenigde Staten en China. Het drama in de Braziliaanse provincie Rio Grande do Sul, waar de massale introductie van sojateelt in de jaren zeventig en tachtig ertoe leidde dat tienduizenden keuterboertjes hun heil elders moesten zoeken (in het tropisch regen woud bijvoorbeeld), is ook in Nederland op grote schaal bekendgemaakt. Toen werd voor het eerst een duidelijk verband gelegd tussen de Braziliaanse soja-ellende en de onstilbare honger van onze Europese koeien.

Bij de teelt van reguliere soja is het gebruik van kunstmest en pesticiden een gegeven. Bij de verwerking is dat niet minder. Om olie aan de bonen te onttrekken worden chemicaliën gebruikt. In de gangbare sojawereld zijn er inspanningen in de biotechnologische sfeer, die ervoor moeten zorgen dat soja resistent is tegen onkruidverdel-

De produktie van biologische soja staat onder strenge controle

THEMA



BRAM POSTHUMUS

De wonderboon SOJA



Vergeleken met de hoeveelheid gangbare soja die ons land binnenkomt, stelt het aandeel biologische soja weinig voor. Wel is de teelt en verwerking van biologische soja goed georganiseerd. Het verhaal achter de wonderboon.

Wat de natuurvoedings- en milieubeweging met jarenlang campagne voeren niet voor elkaar kreeg, was binnen enkele weken werkelijkheid door de ziekte van de gekke koeien: de vleesindustrie raakte in een crisis. Gouden tijden voor biologische en scharrelslagers die vlees verkopen, dat niet met resten dood schaap is vetgemest. Gouden tijden ook voor de voorstanders van vegetarisch eten. De spectaculaire omzetsijging voor natuurvoedingsmiddelen in het Verenigd Koninkrijk is illustratief. Vetara, producent van vleesvervangers op de Nederlandse markt, zag haar omzet na 25 maart 1996 met zestig procent stijgen. Wie geen vlees wil, kan kiezen uit een scala van vleesvervangers: tofu, tempeh of een bioburger. Belangrijkste bestanddeel daarin is afkomstig van de wonderboon sojaboon. De sojaboon is rijk aan B-vitaminen, mineralen, onverzadigde vetzuren, eiwit en proteïnen en wordt vanwege deze laatste twee verondersteld een uitstekende vleesvervanger te zijn. Oorspronkelijk is soja een Zuidoostaziatische plant. Inmiddels heeft het produkt soja zijn weg naar grote delen van de wereld gevonden, met als opvallende uitzondering het Afrikaanse continent. Er worden twee soorten soja over de wereld verhandeld: reguliere en biologische. Omdat in de statistieken over soja-importen en -verwerking geen onderscheid bestaat tussen regulier en biologisch, zijn van de exacte verhoudingen geen cijfers. Wat vast staat is dat de omzet van de tweede in het niet valt bij die van de eerste groep.

Grootschalig

Van margarine en kofficreamers, van zuivelprodukten tot koekjes, in heel veel levensmiddelen wordt gangbare soja verwerkt als vervanger van dierlijk vet. Aan de teelt van het gewas zitten heel wat haken en ogen. Eén ervan is de grootschalige produktie in monocultuur in landen als Brazilië, Argentinië, de Verenigde Staten en China. Het drama in de Braziliaanse provincie Rio Grande do Sul, waar de massale introductie van sojateelt in de jaren zeventig en tachtig ertoe leidde dat tienduizenden keuterboertjes hun heil elders moesten zoeken (in het tropisch regen woud bijvoorbeeld), is ook in Nederland op grote schaal bekendgemaakt. Toen werd voor het eerst een duidelijk verband gelegd tussen de Braziliaanse soja-ellende en de onstilbare honger van onze Europese koeien. Bij de teelt van reguliere soja is het gebruik van kunstmest en pesticiden een gegeven. Bij de verwerking is dat niet minder. Om olie aan de bonen te onttrekken worden chemicaliën gebruikt. In de gangbare sojawereld zijn er inspanningen in de biotechnologische sfeer, die ervoor moeten zorgen dat soja resistent is tegen onkruidverdel-

De produktie van biologische soja staat onder strenge controle

gingsmiddelen. De boer die gemanipuleerde planten zaait, kan alle onkruid met één onkruid-verdelger wegvagen, zonder zijn gewas aan te tasten. Honger Hoeft Niet zag iets anders ten grondslag liggen aan de wens om aan soja genetisch te sleutelen. Soja gedijt alleen in sommige delen van de wereld. Wellicht kan gemanipuleerde soja ook grootschalig in Europa groeien. Omdat dat de importafhankelijkheid van Europa vermindert, wordt dergelijk onderzoek door de EU gesponsord, volgens Honger Hoeft Niet.

Biologisch

Een heel ander verhaal is de biologische teelt en verwerking van soja. De teelt vindt vooral in de Verenigde Staten en delen van Latijns-Amerika plaats en is gif- en bestrijdingsmiddelenvrij. Soja is een bulkgoed en het vervoer gaat, net als bij de reguliere soja overigens, per schip. Directe controle vanuit Nederland op de teeltmethoden is er niet, bevestigt Wil van Eijnsden, werkzaam bij het

maar met dit produkt valt in de keuken tenminste iets te beginnen.

De produktie van biologische tofu, groentecarés, vegaburgers en de rest staat onder strenge controle. De regelgeving daartoe wordt, net als bij de import, in Brussel vastgesteld. 'Er zijn Europese verordeningen voor biologische produkten. Die worden nagegaan door nationale controle-instansies. In Nederland is dat SKAL', zegt Fred Peltzer, die bij deze Nederlandse controle-instantie bereidingscontroleur is. 'SKAL controleert op basis van de procesbeschrijving. We volgen het hele produktieproces of delen ervan. Maar we gaan ook de wijze van opslag en de administratie na.' Controleurs maken afspraken met de verwerkers of komen onaangekondigd. 'Dat weten ze ook,' zegt Peltzer, 'dus in hun eigen belang moeten ze zorgen dat de zaken continu in orde zijn.' Een aangekondigde controle levert in de regel verbeteringen op, is zijn ervaring.

SOJA

Er is in ons land
wel eens een veldje
ingezaaid, maar
dat is op niets
uitgelopen

biologisch agroconsultancybedrijf Agro Eco.

'Wel ontvangt de importeur bij de soja een certificaat dat is uitgevaardigd door een instantie in het producerende land, die door de Europese regelgever is erkend. Bestaat zo'n erkende instantie niet, dan vindt bij binnenkomst in Europa hercertificering plaats.

Wat er aan biologische soja Nederland binnenkomt, mag je volgens Rita Hoogervorst, mede-grondlegger van het natuurvoedingsbedrijf De Vuurdoop, een halffabriek noemen. 'Het zijn de losse, nog niet verder bewerkte sojabrokken. Je kunt ze krijgen in de natuurwinkels, maar er zit geen smaak aan. Sojabonen zijn bitter.' Door langdurig weken in veel water (in een bereidingsboekje wordt een indicatie gegeven van één kilo soja op drie liter water) gaat de bittere smaak er af.

Controle

Van de ingevoerde biologische soja worden in Nederland tientallen produkten gemaakt. Gemalen, aangelengd met water en gefilterd, in een proces dat zich enkele malen herhaalt, ontstaat sojamelk, wat weer de basis is voor mis-schien wel het bekendste sojaproduct: tahoe (of tofu). De sojamelk wordt verhit, gestremd en door een doek geperst om overtollig water eruit te halen, waarna de massa mag afkoelen. Tofu heeft van zichzelf nog steeds weinig smaak,

Binnenkort treedt een nieuwe normering in werking. Een bedrijf wordt door doorgelicht aan de hand van een lijst aan kritische punten. Het heet *Hazard Analysis of Critical Control Points* (HACCP). Peltzer stelt met genoeg vast dat SKAL bij deze Europese normering een pioniersfunctie heeft vervuld. 'Tegen de producenten zeggen we dan ook: als je die HACCP-normen hebt dan heb je al 95 procent van de eisen van de SKAL-controleurs gehaald.' Bij produktie blijft altijd afval achter. Wordvoerders van de verwerkende en de verpakkende biologische bedrijven zijn stellig over de grote voorzichtigheid waarmee men met het afval omgaat. 'We maken er veevoer van. Er gaat niets het milieu in', verklaart woordvoerder Boom van het gemengde bedrijf Heuschen Schroef, een van de grotere Nederlandse verwerkers van biologische soja. Gaat het gedeeltelijk biologische afval naar biologische veehouders? 'Hm, eigenlijk nooit over nagedacht,' zegt Boom. 'Dat zou mooi zijn. De aparte opslag die dat zou vereisen, is wel een te grote investering.' Ook bij de kleine bedrijven wordt het afval zorgvuldig verwerkt. 'We houden heel weinig schroot over, één container, en dat gaat naar de reguliere vuilverwerking', zegt Hoogervorst van de Vuurdoop. 'Wat we wel heel veel hebben is papier en karton, omdat onze leveranciers - ook weer vanuit ecologisch oogpunt - daar hun spullen in verpak-

ken. Dat houden we apart, net zoals mensen thuis dat doen.' Zowel verpakking als afvalverwerking valt buiten de EU-verordening die SKAL controleert. Daar zijn weer andere reglementen voor, zoals de Nederlandse Warenwet.

Breedtegraad

Een van de grote bezwaren van de milieubeweging tegen handel richt zich op het gesleep met spullen over de hele wereld. Op de 'gangbare' schappen en markten liggen de bananen uit Colombia naast Nieuwzeelandse kiwi's en prinsesseboontjes uit Zimbabwe naast Filipijnse kokos. Het liefst hebben ecoproducenten grondstoffen uit de regio. Groeit soja niet dichterbij huis? 'In principe is dat wel mogelijk', zegt van Eijdsen. 'Het curieuze aan soja is dat het reageert op de daglengte. Dat betekent dat binnen een bepaalde breedtegraad op de wereld een bepaalde sojasoort gedijt. Daarbuiten groeit die soort wel,

maar produceert hij geen bonen.' In Europa is Hongarije een relatief grote producent. 'Er zijn wat experimenten begonnen met bonen uit Canada en Zweden. Voorlopig is dat geheel binnen de grenzen van het gangbare. Het is dus bestemd voor veevoer en olie.' In ons land is in het verleden wel eens een veldje met biologische soja gezaaid, maar dat is op niets uitgelopen. Biologische teelt in de Europese regio lijkt toch een interessante optie, mits dat gebeurt op basis van natuurlijk selecteren en mits de boeren in het Zuiden gecompenseerd worden voor inkomsten die ze dan mis zullen lopen. Technisch is biologische teelt zeker mogelijk. 'Selectie gebeurt al heel lang', zegt van Eijdsen, 'In de biologische landbouw is kruising een aanvaard gegeven. Bij genetische manipulatie trekt men resoluut de grens.'



Is soja schadelijk voor de gezondheid?

De Alternatieve Konsumentenbond kwam met onrustbarend nieuws over mogelijk schadelijke effecten van soja op de gezondheid. Plantaardige oestrogenen, een stof die van nature in soja zit, zou bij kunnen dragen aan voortplantingsproblemen, onvruchtbaarheid en kanker bij mannen en vrouwen. Moeten soja-eters zich druk maken?

Sinds in Kritisch Consumeren het artikel *Onvruchtbaar door soja?* heeft gestaan, zijn er veel reacties binnengekomen bij het kantoor van de Alternatieve Konsumentenbond (AKB). De bond houdt zich voorlopig gedeist, 'zolang er niet meer zekerheid is te geven', aldus medewerker Corné van Dooren.

Volgens de AKB zijn er aanwijzingen voor een verband tussen stoffen die zich gedragen als het vrouwelijk geslachtshormoon oestrogeen en voortplantingsproblemen, onvruchtbaarheid en kanker bij mannen en vrouwen. Sojameel is verreweg de belangrijkste natuurlijke bron van plantaardige oestrogenen (isoflavonen genoemd) in onze voeding. Vooral zuigelingen die vanwege koemelkallergie of lactose-intolerantie met sojamelk worden grootgebracht, zouden risico's lopen. Voedingsdeskundige Anneloe Rijkema van De Kleine Aarde zet haar vraagtekens bij het bericht. Meetbaar effect van isoflavonen trad op bij 60 gram soja-eiwit per dag. 'Het zou betekenen dat je dagelijks twee liter sojamelk of één kilo tahoe moet nemen, zegt ze. Dat kun je bijna niet halen.' De klachten van soja-eiwit lijken dezelfde als ten gevolge van bestrijdingsmiddelen in water. 'Het zou interessant zijn om te kijken of er sprake is van een verband tussen bestrijdingsmiddelen en isoflavonen in soja-eiwit', suggereert Rijkema.

Willem Bosman, wetenschappelijk medewerker bij de Gezondheidsraad, ziet het soja-verhaal meer als een uit de hand gelopen gerucht. 'Het is een lang verhaal, dat is begonnen bij een papa-gaaienboer in Nieuw Zeeland. Hij gaf zijn vogels alleen maar sojaschroot te eten. Die dieren kregen voortplantingsproblemen.' De Nieuwzeelandse regering kreeg lucht van de zaak. Toen uitte dat de Wereldgezondheidsorganisatie bezig was informatie in te winnen over het effect van soja op de gezondheid, kwam het nieuwtje via de *Food Commission*, het Britse broertje van de AKB, in Nederland terecht.

De Gezondheidsraad houdt binnenkort een studiebijeenkomst, waar oestrogenen op de agenda staan. Bosman noemt het 'niet waarschijnlijk' dat de Gezondheidsraad advies uit zal brengen over het al of niet eten van soja. 'Er is te weinig bewijs', aldus de wetenschapper. Waar de aandacht van de Gezondheidsraad wel naar uitgaat zijn stoffen als pcb's en dioxines, die waarschijnlijk een negatieve invloed hebben op de menselijke vruchtbaarheid.

Deze zomer geldt in veel Nederlandse bossen een rookverbod, laat staan dat je er nog langer met lucifers mag spelen. In april konden we al op televisie zien hoe natuurbeheerders verbodsbordjes langs de wandelpaden aan het timmeren waren in de bossen rond Oisterwijk. Een opzichter en een politie-agent mochten commentaar geven op de actie.

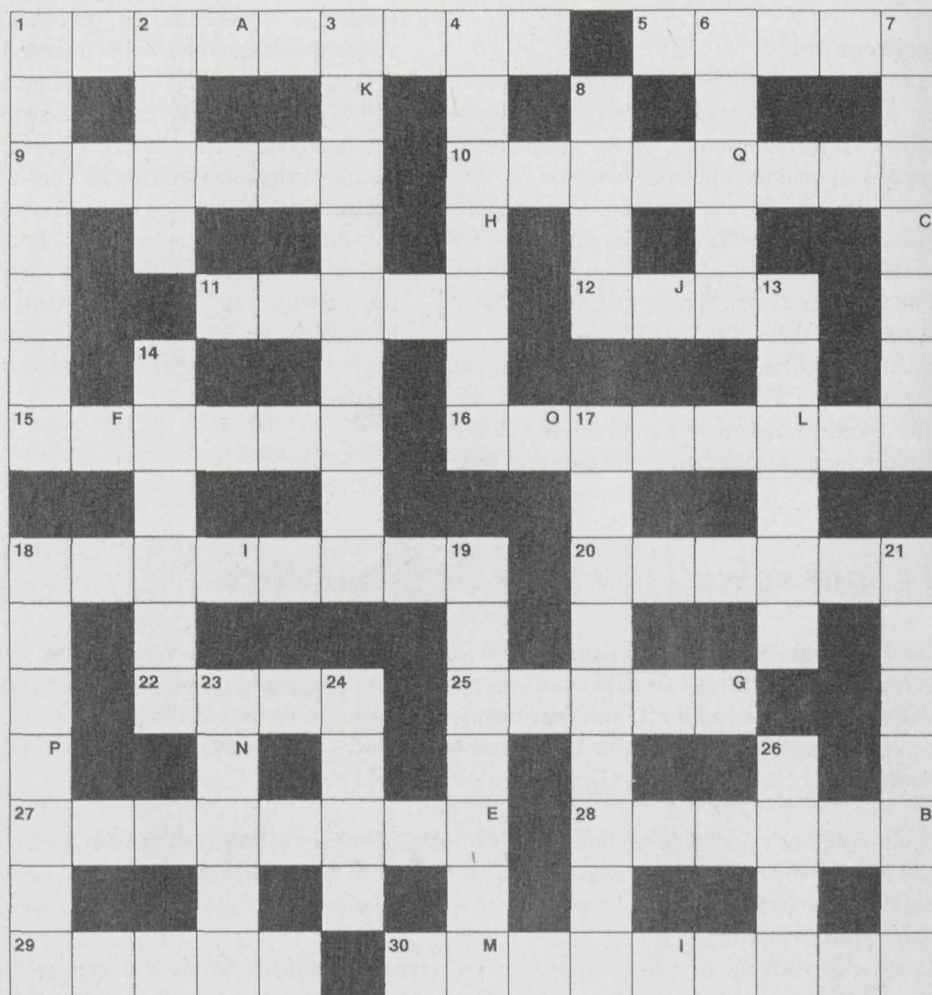
- Wat kunnen rokers verwachten als ze toch deze bossen betreden?, vroeg een man van het journaal aan de politie-agent.

- Nou, dat moet u zo zien, antwoordde de agent, de bordjes zijn een stuk preventiebeleid. Als de opzichter nog mensen op het roken van een sigaret betrapt, er iets van zegt maar geen gehoor krijgt, dan roept hij de hulp van ons in. Onze taak is vervolgens dat we nog een keer wijzen op het rookverbod en de roker vragen met roken te stoppen. Doet deze dat niet, dan gaan wij zelf proberen de sigaret te doven. Wat een onzin, dacht ik direct. Hoe hadden ze zich dat dan voorgesteld? Een opzichter, die eerst op de rokers moet inpraten en bij gebrek aan succes naar huis rent, fietst of galoppeert om de politie te bellen? De politie komt waarschijnlijk een uur te laat. Zo niet, moet deze dan 'proberen' om de sigaret te doven?

Dat doven van de sigaret is vrijwel zeker het moment waarop alles fout gaat. Ik zie twee mannen vechten om een sigaret. De een wil de sigaret oproken, de ander wil deze zo snel mogelijk doven. Ze duwen, trekken, schoppen en slaan, zonder dat iemand winst boekt, want de sigaret tuimelt door de lucht en verdwijnt in een dor stuk struikgewas. Voordat de sigaret is gevonden, staat de boel in brand. De roker zal het immers niet nalaten om te voorkomen dat de agent de boel uit kan trappen. En rent tenslotte hard het bos uit.

Het wordt een hete zomer. Dat weet ik nu al.

Ecocrypto



Prijzen

De letters a t/m q in de rechterbovenhoek vormen de oplossing. Zend de oplossing naar: Redactie De Kleine Aarde, Postbus 151, 5280 AD Boxtel, en u dingt mee naar een van de drie prijzen. De hoofdprijswinnaar krijgt een uitgave van De Kleine Aarde ter waarde van maximaal f 30,-. Verder zijn er twee troostprijzen: een boekje uit de serie Ecologische Alternatieven. Oplossingen kunnen niet telefonisch worden doorgegeven. Noch kan er gecorrespondeerd worden over de uitkomst.

Horizontaal

1 deze groente vraagt om verdriet (9) **5** dwaas buiten westen van hagedis (5) **9** uitgeput raken van naar boven lopen (6) **10** vlucht je in met grote snelheid (8) **11** meer een dichtgegroeiende brandgang (5) **12** eenling uit Oslo (4) **15** bindt geen u (6) **16** de kuifeend trekt (8) **18** boven dierenverblijven liften (8) **20** dodelijk, die modegevoelige vis (6) **22** onprettigheden van steen (4) **25** onzin die ergens op slaat (5) **27** snelle route naar 'n hektisch beroep (8) **28** Engelse bergruimte, even in Brabant (6) **29** is opa er om een zangstuk? (5) **30** waren in staat op grote afstand te preken (9)

Verticaal

1 komen uit met geluid (7) **2** politie-onderdeel, vertrek groots (4) **3** zanger, liefkoos niet (9) **4** eens 'n hap (7) **6** lief wezen, naar maat (5) **7** geen ding maakt brokken (7) **8** toon 't rund in 't verpakkingsmateriaal (4) **13** kringlopen verstrijken (6) **14** deel van niet meer dan een insect (6) **17** leuk verhaaltje voor 't bed en achterin de auto (9) **18** Gelderse plaats voor lager onderwijs aan dieren (7) **19** 't blote volgende (7) **21** begerlijke vissen in ruimtes (7) **23** later schande (5) **24** nam 't bijgebouw (4) **26** zwijg jongen, in de plaats! (4)

Lentenummer

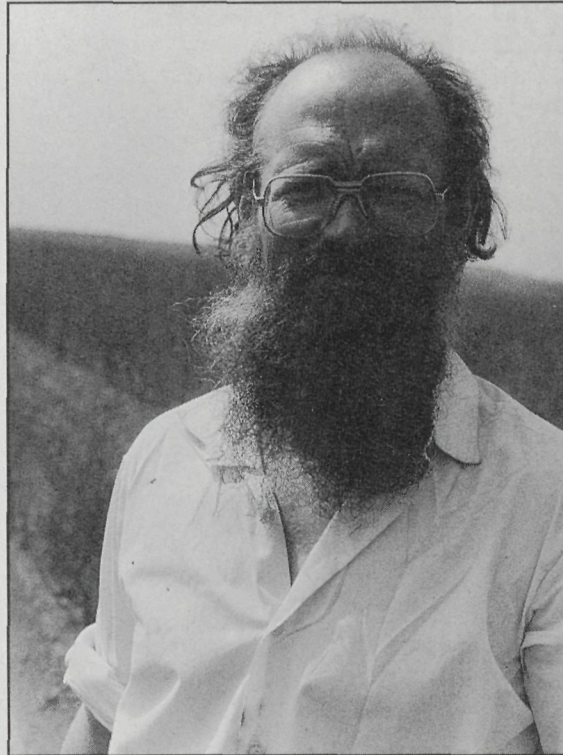
Hor. 1 aangezegd; 5 zwaar; 9 rookte; 10 weghelft; 11 sport; 12 lade; 16 spraak; 18 najveren; 19 welvaart; 21 steeds; 29 noen; 26 troep; 28 minderen; 29 losvak; 30 naars; 31 snipperen.

Ver. 1 aardgas; 2 noot; zeevonk; 4 geweten; 6 wreed; 7 roteren; 8 egel; 13 asvat; 14 eerder; 15 dralen; 17 agave; 19 weerman; 20 titanen; 21 stoplap; 22 strijken; 24 onder; 25 nors; 27 ever.

Winnaars van het Ecocrypto in het lentenummer (nr.96): Marianne Kors, Oude Wetering (hoofdprijs); B.J. van Grieken -van Schie, Santpoort-Noord (troostprijs); N.A. Wolters- Stuart, Engwierum (troostprijs).

Bezorgd over hun dalende inkomsten en de milieuvervuilende teelt van fabrieksaardappelen zijn zes kritische boeren overgestapt op biologische teelt van hazelnoten.

ILSE LEEUWERIK



Jacob Engels:
'Werktuigen voor
kleinschalige
notenteelt zijn moeilijk
te vinden'

Operatie Ekonoot Gifpieperboeren gaan over op schone noten

De landbouw in de veenkoloniën in het noorden van ons land zit in de problemen. Eenzijdige teelt van aardappelen met als gevolg veel ziekten en plagen in het gewas, waartegen vervolgens massaal grondontsmetters en andere milieuvervuilende bestrijdingsmiddelen in de strijd worden geworpen. Scherpere milieu-eisen van de overheid en het slechte imago van de 'gifpieper' doen boeren omzien naar gewassen die het milieu minder belasten en meer opbrengen.

Tien hectare

Jacob Engels, stond twintig jaar geleden al sceptisch tegenover 'zoveel chemie in het gewas'. Hij schakelde om naar biologische landbouw en naar een breder bouwplan met tuin-

bouwgewassen zoals asperges en broccoli. 'Als je iets aan de situatie wilt veranderen moet je op een gegeven moment dingen uitproberen'.

Engels is één van de initiatiefnemers van wat tegenwoordig Coöperatie Ekonoot heet. Het idee om biologisch hazelnoten te gaan verbouwen werd geboren, nadat een onderzoeker uit Zeeland op proefveldschaal berekend had dat hazelnootstruiken in Nederland maximaal 2,5 ton noten per hectare konden opleveren. Geïmporteerde hazelnoten uit Turkije brengen zes gulden per kilo op. Als Nederlandse hazelnoten hetzelfde zouden opbrengen, is de ecologische noot zeker een gewas met perspectief. Na vier jaar van kennis vergaren en overleg durfden uiteindelijk zes boeren met elkaar de

stap te wagen. Ze stelden een plan op voor tien hectare biologische hazelnootstruiken met een verwachte opbrengst van 1,5 ton noten per hectare. Een innovatiesubsidie van het ministerie van Landbouw, Natuurbeheer en Visserij dekte dertig procent van de investeringskosten. In 1991 werd Coöperatie Ekonoot ten doop gehouden, een jaar later konden de eerste, gezamenlijk ingekochte struikjes wortel schieten in Nederlandse bodem.

Eerste oogst

Eén teler heeft de eerste oogst al binnen: 500 kilo per hectare. 'Niet slecht', vindt Engels, 'Zeker als je bedenkt dat de struikjes pas over acht jaar volgroeid zijn.' Nu wordt hard gezocht naar machinerie om de

noten te oogsten, afgevalen noten bij elkaar te vegen en de oogst zelf te kraken. Omdat noten hier altijd geïmporteerd werden, ontbreekt een dergelijk machinepark.

Zo duiken steeds nieuwe problemen op. Hier en daar hebben telers bijvoorbeeld last van de hazelnootboorder in hun gewas, en daar is in Nederland weinig over bekend. De investeringskosten blijken bovendien niet mals en de wachttijd tussen planten en oogsten is lang. De afzet van de noten zal daarentegen waarschijnlijk geen knelpunt vormen: een bakker in Pieterburen heeft al belangstelling getoond. Tot nu toe importeerde hij zijn noten uit Turkije, maar vanuit milieu oogpunt is het natuurlijk beter om dicht bij huis te blijven. 'De toekomst zal leren of we onze naam moeten veranderen in Coöperatie Ekonood' grinnikt Jacob Engels. 'Maar gezien de eerste resultaten denk ik dat de hazelnoot hier toekomst heeft.'

**Coöperatie Ekonoot,
Velpenberg 24A, 7854 TB
Aalden. Tel: 0591-372206.**

Milieu beschermen is soms millimeterwerk. Maar medicijnenstrips met een papieren in plaats van aluminium achterkant: redt dat nou de wereld? Wie weet. Er zijn ziekenhuisafdelingen die hun afval met 70 procent wisten te verminderen en 70 procent op de totale afvalberg is een boel. Algemeen beleid is dat nog lang niet, maar zou het wel moeten worden, vinden de verpleegkundigen van 'Milieu een zorg apart'.

LIN TABAK



Verpleegkundigen vechten verspilling aan

FOTO: ROB HUIBERS

Een poging tot afvalreductie wordt afgedaan met 'ik heb geen tijd' of 'dat is niet hygiënisch'

De strijd tegen de dood is verspild. Om dat te bewijzen komen twee opgemaakte bedden de gang uit rollen, helemaal verpakt in plastic. 'Anders zie je niet dat ze zijn verschoond', zegt Manfred Oostveen spottend. 'Dat kun je ook anders duidelijk maken', zegt Filipina Trovato streng. Filipina werkt op de kinderafdeling van het Juliana Kinderziekenhuis in Den Haag, Manfred op de chirurgische afdeling hier in het Sint Antoniusziekenhuis in Nieuwegein. Filipina, die thuis al jarenlang trouw haar afval scheidt en in winkels plastic zakken weigert, ergerde zich aan de afdelingscultuur, die voor elke kop koffie een nieuw bekertje en voor elk half tabletje een plastic bakje nam dat daarna, met éénmaal gebruikte infuuskraandopjes, injectienaalden en uitgebloeide bloemen in grote afvalcontainers werd gedeponeerd. Manfred merkte tijdens een afstudeeronderzoek voor zijn verpleegkundeopleiding dat zijn ziekenhuis weliswaar een afval- en milieucommissie had, maar nog

geen idee hoeveel afval de afdelingen produceerden. Laat staan dat er een plan was hoe dat afval moest verminderen. Beiden zijn lid van de drie jaar geleden opgerichte actiegroep van verpleegkundigen 'Milieu, een zorg apart'. Filipina verzorgt de publiciteit, Manfred is, zegt hijzelf, niet-actief lid.

Nierbekkentjes

De verpleegkundigen zijn niet de eersten die kritiek hebben op het milieubeleid van de Nederlandse ziekenhuizen. De Stichting Natuur en Milieu deed in 1992 een onderzoek over deze 'wegwerpmaatschappij-in-een-wegwerpmaatschappij' waaruit zij afleidde dat daar jaarlijks totaal 130 miljoen handschoenen, 48 miljoen nierbekkentjes, 114 miljoen stuks incontinentiemateriaal en in totaal bijna 56 duizend ton afval in het vuilnisvat verdwijnen. Dat is voor algemene ziekenhuizen bijna 800 kilo per bed en voor academische het dubbele. Ter vergelijking: een gezonde Nederlander produceert 350 kilo.

Natuur en Milieu publiceerde in 1994 een rapport hoe die afvalberg kon krimpen. En het Academisch Ziekenhuis Utrecht gaf het goede voorbeeld, door de jaarlijkse vuilnisloop van het restaurant met 70 procent te verminderen. Maar een enkel gunstig voorbeeld maakt nog geen regel. Op veel verpleegafdelingen - en daar worden toch die spullen uit de kast gepakt, zeggen Filipina en Manfred - ligt milieuzorg nog altijd gevoelig. Daar wordt een poging tot afvalreductie al gauw afgedaan met 'ik heb geen tijd', 'dat is niet hygiënisch' of 'wat scheelt dat ene bekertje nou in dit enorme bedrijf?' En vervolgens van tafel geveegd, want het enige wat in een ziekenhuis werkelijk telt zijn ziekte en dood.

Koffiebekertjes

Filipina draait, denkend aan het toenemend aantal carapatientjes op haar afdeling, die redenering om. 'Wij dragen zelf aan de ziektes van onze patienten bij, door al dat afval het milieu in te sturen.' Zijzelf is, al was het maar uit tactische

overwegingen, het milieuoffensief op haar afdeling iets minder fundamenteel begonnen: niet bij de patiënten maar bij de koffiebekertjes van het personeel. Daarna sneed ze het onderwerp aan op werkspreking met collega's. Vervolgens ging ze 'een stapje hoger', naar artsen en hygiënisten die, zegt ze, er nog helemaal niet over nagedacht hadden. Om uiteindelijk aan te komen bij de Ondernemingsraad en de afdeling Inkoop. Manfred kreeg een plaats in de projectgroep afvalpreventie van zijn ziekenhuis en denkt daar mee over het beleid.

Ecozuil

Wat dat alles opleverde, kunnen ze niet met cijfers bewijzen. Wel met voorbeelden. Boterhammen worden in het Juliana Kinderziekenhuis niet meer verpakt in folie, maar geserveerd onder een dubbel bord. Koffie drinkt men er uit glazen. Aluminium, al zijn het de minuscule ringetjes van infuusslessen, gaat in een aparte doos. Lakens blijven, als het even kan, langer dan een dag op het bed. En - nog steeds het mooiste wapenfeit - de plastic spuitenkokers worden niet meer weggekieperd maar verzameld en omgesmolten tot plantebakken.

Ook in het Sint Antoniusziekenhuis zijn de veranderingen zichtbaar: medicijnen gaan niet meer door gootsteen, maar terug naar de apotheek. Elke afdeling heeft naast de vuile po's en urinalen een imposante 'eco-zuil' staan, met daarin aparte containers voor batterijen, gebroken en ongebroken glas, correctievloeistof en ander eng kantoor materiaal, papier en voor injectienaalden. Die naalden gaan naar de achteruitgang waar, naast bakken cytostatica, containers vertrouwelijk papier, röntgenfilms, radioactief afval, chemicaliën en kaakchirurgische resten, het vat staat met ledematen en besmet bloed. Met soortgelijk afval van andere Nederlandse ziekenhuizen wordt het in een speciale ziekenhuisoven verbrand.

Catheterzakken

Die veranderingen zijn, geven Filipina en Manfred eerlijkheidshalve toe, niet alleen aan de acties van 'Milieu, een zorg apart' te danken. Er zijn ook wetten. Ziekenhuizen moeten volgens richtlijnen van het ministerie van VROM hun afval scheiden. En sinds 1 januari 1996 moeten ze, net als andere bedrijven van enige omvang, beschikken over een milieuzorgsysteem, waarin

onder meer staat hoe ze van hun afval afraken en hoe ze het denken te verminderen. Maar tussen wet en praktijk zitten - zeker als het milieuwetten betreft - grote verschillen. De ziekenhuizen vormen daarop geen uitzondering. Het afval scheiden lukt soms aardig, maar het afval verminderen gaat niet zo goed. En dat, stellen Filipina en Manfred, vaak op verre van rationele gronden. Zo levert in het Juliana Kinderziekenhuis de wasserij de schone uniformen af met aluminium clipjes, terwijl de wasserij van het Sint Antonius het absoluut nodig vindt om ze, net als de bedden, in plastic te verpakken. En zo verwisselt het Sint Antonius de catheterzakken soms twee- driemaal per dag, terwijl het Juliana er drie weken mee doet. Terwijl urine steriel uit de catheter komt en de catheterzakken zijn uitgerust met mooie kraantjes om het weg te laten lopen. 'Maar onze hygiënist', zegt Manfred, 'wijst minder vaak verwisselen op hygiënische gronden van de hand.'

Dergelijke weerstanden hopen de milieuvorvechters door het uitwisselen van informatie, goede voorbeelden en praten te overwinnen. Misschien krijgen ze het nog eens voor elkaar, pillen niet meer te laten maken in doordrukstrips van aluminium en pvc maar in papier-kunststofverpakking of gewoon in flesjes.

Maar er zijn ook weerstanden waarover de twee verpleegkundigen somberder zijn. Zo zette het Juliana Kinderziekenhuis onlangs de klok een stukje terug door babyvoeding, voorheen met de hand aangemaakt, door afgepaste porties in wegwerpverpakking te vervangen. En de luiers van het ziekenhuis, ook wegwerp, zijn, zegt Filipina, van puur PVC. Terwijl er ook 80 procent afbreekbare wegwerpluiers bestaan. 'Maar op zulke beslissingen hebben wij geen invloed. Die liggen vast in contracten met Nutricia en Pampers.'

Milieu een zorg apart zoekt donateurs. Voor f10 per jaar kunt u ze steunen. Bel 070-3989630, of schrijf naar Churchillaan 11, 3502 GC Utrecht.

Milieu beschermen is soms millimeterwerk. Maar medicijnenstrips met een papieren in plaats van aluminium achterkant: redt dat nou de wereld? Wie weet. Er zijn ziekenhuisafdelingen die hun afval met 70 procent wisten te verminderen en 70 procent op de totale afvalberg is een boel. Algemeen beleid is dat nog lang niet, maar zou het wel moeten worden, vinden de verpleegkundigen van 'Milieu een zorg apart'.

LIN TABAK



Verpleegkundig vechten verspilling

12

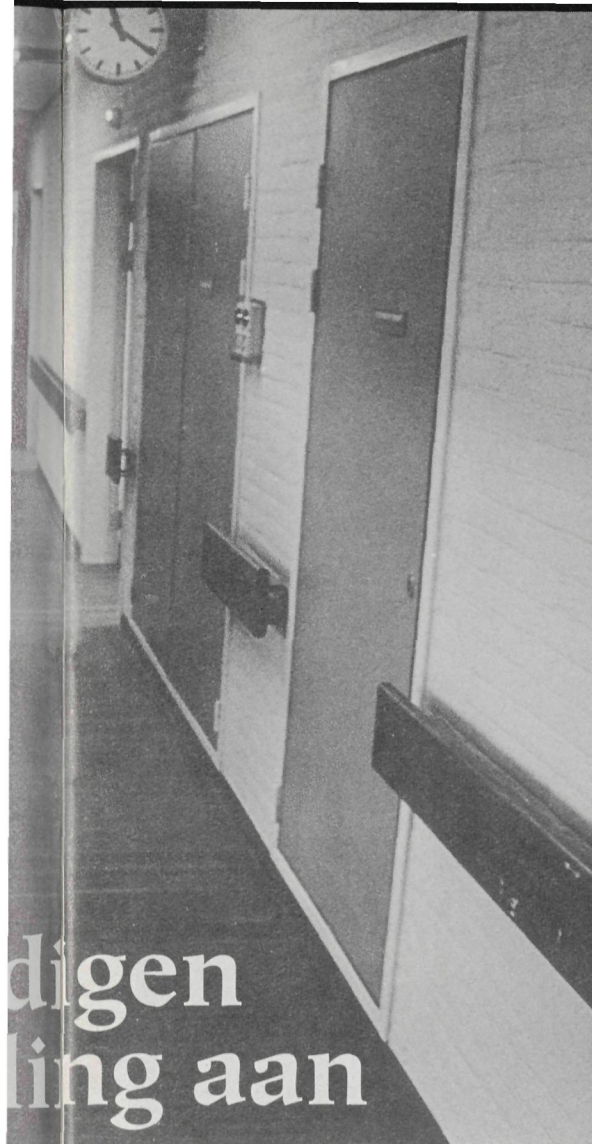
Een poging tot afvalreductie wordt afgedaan met 'ik heb geen tijd' of 'dat is niet hygiënisch'

De strijd tegen de dood is verspillend. Om dat te bewijzen komen twee opgemaakte bedden de gang uit rollen, helemaal verpakt in plastic. 'Anders zie je niet dat ze zijn verschoond', zegt Manfred Oostveen spottend. 'Dat kun je ook anders duidelijk maken', zegt Filipina Trovato streng. Filipina werkt op de kinderafdeling van het Juliana Kinderziekenhuis in Den Haag, Manfred op de chirurgische afdeling hier in het Sint Antoniusziekenhuis in Nieuwegein. Filipina, die thuis al jarenlang trouw haar afval scheidt en in winkels plastic zakken weigert, ergerde zich aan de afdelingscultuur, die voor elke kop koffie een nieuw bekertje en voor elk half tabletje een plastic bakje nam dat daarna, met éénmaal gebruikte infuuskraandopjes, injectienaalden en uitgebloeide bloemen in grote afvalcontainers werd gedeponeerd. Manfred merkte tijdens een afstudeeronderzoek voor zijn verpleegkundeopleiding dat zijn ziekenhuis weliswaar een afval- en milieucommissie had, maar nog

geen idee hoeveel afval de afdelingen produceerden. Laat staan dat er een plan was hoe dat afval moest verminderen. Beiden zijn lid van de drie jaar geleden opgerichte actiegroep van verpleegkundigen 'Milieu, een zorg apart'. Filipina verzorgt de publiciteit, Manfred is, zegt hijzelf, niet-actief lid.

Nierbekkentjes

De verpleegkundigen zijn niet de eersten die kritiek hebben op het milieubeleid van de Nederlandse ziekenhuizen. De Stichting Natuur en Milieu deed in 1992 een onderzoek over deze 'wegwerpmaatschappij-in-een-wegwerpmaatschappij' waaruit zij afleidde dat daar jaarlijks totaal 130 miljoen handschoenen, 48 miljoen nierbekkentjes, 114 miljoen stuks incontinentiemateriaal en in totaal bijna 56 duizend ton afval in het vuilnisvat verdwijnen. Dat is voor algemene ziekenhuizen bijna 800 kilo per bed en voor academische het dubbele. Ter vergelijking: een gezonde Nederlander produceert 350 kilo.



digen ing aan

FOTO: ROB HUIJERS

Natuur en Milieu publiceerde in 1994 een rapport hoe die afvalberg kon krimpen. En het Academisch Ziekenhuis Utrecht gaf het goede voorbeeld, door de jaarlijkse vuilnis-
hoop van het restaurant met 70 procent te verminderen. Maar een enkel gunstig voorbeeld maakt nog geen regel. Op veel verpleegafdelingen - en daar worden toch die spullen uit de kast gepakt, zeggen Filipina en Manfred - ligt milieuzorg nog altijd gevoelig. Daar wordt een poging tot afvalreductie al gauw afgedaan met 'ik heb geen tijd', 'dat is niet hygiënisch' of 'wat scheelt dat ene bekertje nou in dit enorme bedrijf?' En vervolgens van tafel geveegd, want het enige wat in een ziekenhuis werkelijk telt zijn ziekte en dood.

Koffiebekertjes

Filipina draait, denkend aan het toenemend aantal carapatientjes op haar afdeling, die redenering om. 'Wij dragen zelf aan de ziektes van onze patiënten bij, door al dat afval het milieu in te sturen.'
Zijzelf is, al was het maar uit tactische

overwegingen, het milieuoffensief op haar afdeling iets minder fundamenteel begonnen: niet bij de patiënten maar bij de koffiebekertjes van het personeel. Daarna sneed ze het onderwerp aan op werkbepreking met collega's. Vervolgens ging ze 'een stapje hoger', naar artsen en hygiënisten die, zegt ze, er nog helemaal niet over nagedacht hadden. Om uiteindelijk aan te komen bij de Ondernemingsraad en de afdeling Inkoop. Manfred kreeg een plaats in de projectgroep afvalpreventie van zijn ziekenhuis en denkt daar mee over het beleid.

Ecozuil

Wat dat alles opleverde, kunnen ze niet met cijfers bewijzen. Wel met voorbeelden. Boterhammen worden in het Juliana Kinderziekenhuis niet meer verpakt in folie, maar geserveerd onder een dubbel bord. Koffie drinkt men er uit glazen. Aluminium, al zijn het de minuscule ringetjes van infuusflessen, gaat in een aparte doos. Lakens blijven, als het even kan, langer dan een dag op het bed. En - nog steeds het mooiste wapenfeit - de plastic spuitenkokers worden niet meer weggekieperd maar verzameld en omgesmolten tot plantebakken.

Ook in het Sint Antoniusziekenhuis zijn de veranderingen zichtbaar: medicijnen gaan niet meer door gootsteen, maar terug naar de apotheek. Elke afdeling heeft naast de vuile po's en urinalen een imposante 'eco-zuil' staan, met daarin aparte containers voor batterijen, gebroken en ongebroken glas, correctievloeistof en ander eng kanttoormateriaal, papier en voor injectieaanden. Die naalden gaan naar de achteruitgang waar, naast bakken cytostatica, containers vertrouwelijk papier, röntgenfilms, radioactief afval, chemicaliën en kaakchirurgische resten, het vat staat met ledematen en besmet bloed. Met soortgelijk afval van andere Nederlandse ziekenhuizen wordt het in een speciale ziekenhuisoven verbrand.

Catheterzakken

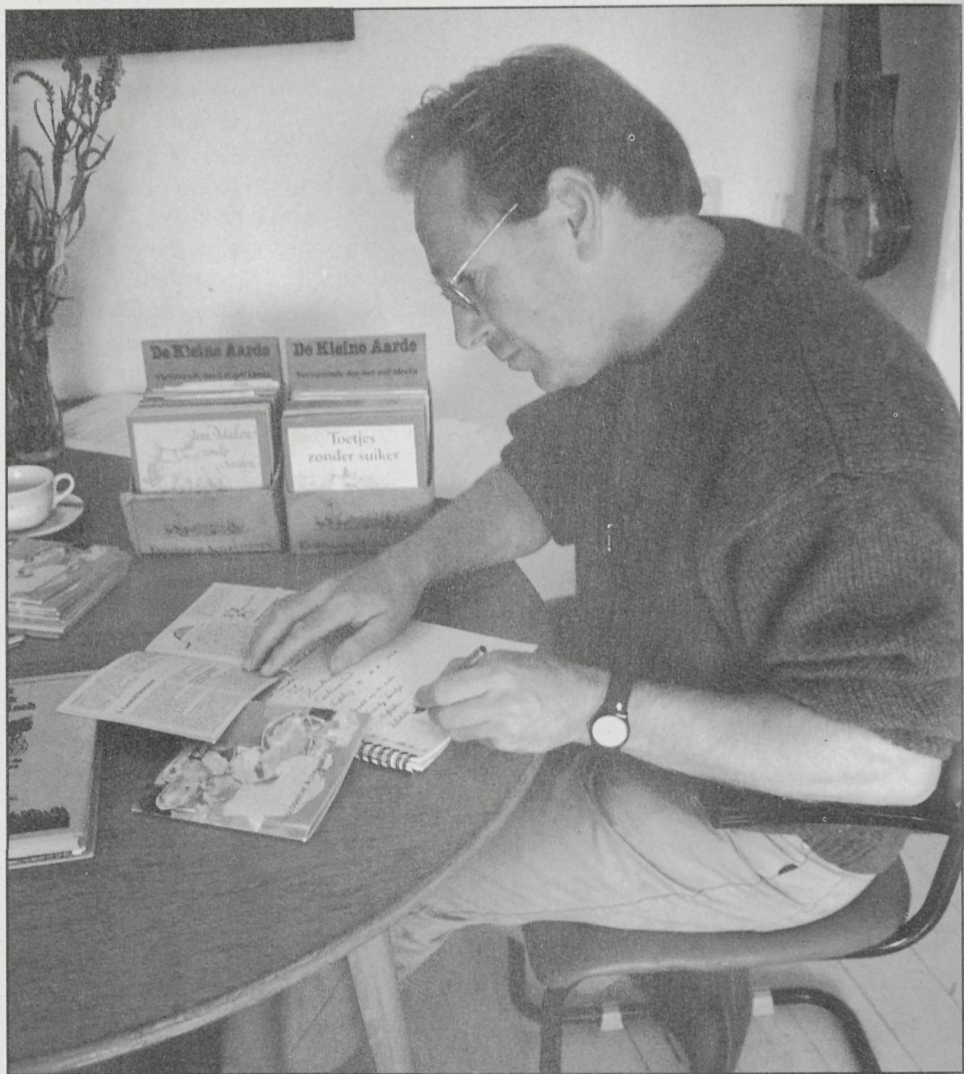
Die veranderingen zijn, geven Filipina en Manfred eerlijkheidshalve toe, niet alleen aan de acties van 'Milieu, een zorg apart' te danken. Er zijn ook wetten. Ziekenhuizen moeten volgens richtlijnen van het ministerie van VROM hun afval scheiden. En sinds 1 januari 1996 moeten ze, net als andere bedrijven van enige omvang, beschikken over een milieuzorgsysteem, waarin

onder meer staat hoe ze van hun afval afmaken en hoe ze het denken te verminderen. Maar tussen wet en praktijk zitten - zeker als het milieuwetten betreft - grote verschillen. De ziekenhuizen vormen daarop geen uitzondering. Het afval scheiden lukt soms aardig, maar het afval verminderen gaat niet zo goed. En dat, stellen Filipina en Manfred, vaak op verre van rationele gronden. Zo levert in het Juliana Kinderziekenhuis de wasserij de schone uniformen af met aluminium clipjes, terwijl de wasserij van het Sint Antonius het absoluut nodig vindt om ze, net als de bedden, in plastic te verpakken. En zo verwisselt het Sint Antonius de catheterzakken soms twee- driemaal per dag, terwijl het Juliana er drie weken mee doet. Terwijl urine steriel uit de catheter komt en de catheterzakken zijn uitgerust met mooie kraantjes om het weg te laten lopen. 'Maar onze hygiënist', zegt Manfred, 'wijst minder vaak verwisselen op hygiënische gronden van de hand.'

Dergelijke weerstanden hopen de milieuvorvechters door het uitwisselen van informatie, goede voorbeelden en praten te overwinnen. Misschien krijgen ze het nog eens voor elkaar, pillen niet meer te laten maken in doordrukstrips van aluminium en pvc maar in papier-kunststofverpakking of gewoon in flesjes.

Maar er zijn ook weerstanden waarover de twee verpleegkundigen somberder zijn. Zo zette het Juliana Kinderziekenhuis onlangs de klok een stukje terug door babyvoeding, voorheen met de hand aangemaakt, door afgestapte porties in wegwerpvpakking te vervangen. En de luiers van het ziekenhuis, ook wegwerp, zijn, zegt Filipina, van puur PVC. Terwijl er ook 80 procent afbreekbare wegwerpluiers bestaan. 'Maar op zulke beslissingen hebben wij geen invloed. Die liggen vast in contracten met Nutricia en Pampers.'

Milieu een zorg apart zoekt donateurs.
Voor f10 per jaar kunt u ze steunen. Bel 070-3989630, of schrijf naar Churchillaan 11, 3502 GC Utrecht.



Technieken en recepten van een menger

Succesauteur Hans Donderwinkel
voelt zich geen schrijver

KOOS DIJKSTERHUIS

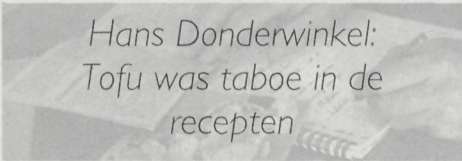
Hans Donderwinkel, succesvol auteur van Kleine Aarde-boeken, heeft reeds zes titels op zijn naam staan. Onlangs verscheen zijn laatste: De Kleine aarde Kok - ecologische recepten voor kinderen. De auteur voelt zich niet in de eerste plaats schrijver. Het schrijven is meestal een afgeleide van zijn vele bezigheden. Hij is vooral pionierend ondernemer, uitvinder, menger en roerder.

Door zijn militaire-diensttijd, eind jaren '60, raakte Hans Donderwinkel betrokken bij allerlei ecologische initiatieven.

'Ik was telegrafist', vertelt de 46-jarige Groninger. 'Wij telegrafisten spraken een taal die anderen niet begrepen: "tata tattata tata". Wij waren vrijgesteld van gebruikelijke activiteiten en zaten altijd bij elkaar in een soort kelder. We bespraken alles, aten nooit in de kantine, kookten ons eigen potje. Eén van ons was macrobioot. Die zette me aan het denken over gezonde voeding. Zo kwam ik op ecologische voeding.' Op zijn eenentwintigste gaf hij zijn baan op om naar Amsterdam te gaan. 'Daar werkte ik in de eerste natuurvoedingswinkel van Nederland, in de kelder van het NVSH-pand. Ik was benieuwd naar de ecologische voedselproductie. Ik werkte bij drie verschillende tuinders en ben een tijdje tuinder geweest bij de zwakzinnigeninstelling Dennendal. De vergrijsde Biologisch Dynamische Vereniging verwelkomde ons als jonge helden.'

Wildernis

Donderwinkel vertelt op rustige toon, kijkt



Hans Donderwinkel:
Tofu was taboe in de
recepten

je daarbij recht in de ogen. Hij is er met de jaren niet minder ondernemend op geworden. Momenteel koestert hij plannen voor een speciaalzaak in koffie, thee en kruiden. 'Een winkel waar je door de kruidige aroma's onherroepelijk naar binnen wordt gelokt.' Hij had al een pandje op het oog, maar een andere gegadigde was hem voor. Ook in huis is Donderwinkel ondernemend. Op zijn balkon kweekt hij een wildernis van planten, die het binnenvallende zonlicht groenig filteren. Twee boomstronkjes leunen tegen de balkonmuur. 'Niet voor de sier', legt Donderwinkel uit. 'Weet je dat je heel eenvoudig *shi-take* kunt kweken op die stronken? Een heerlijk paddestoel, maar duur om te kopen.'

Inmaken

'Er bestaat geen lekkerder eten dan wat je als zaadje in de grond hebt gestopt en een groeiseizoen verzorgd', schreef Donderwinkel in 1982, toen hij op het Groninger platteland woonde. Daar had hij een moestuin. Hij is tevreden met zijn huidige flat in

het hart van Groningen-stad, maar mist het buitenleven soms wel. Als kind werkte hij elke vakantie op de boerderij van zijn grootouders in de Achterhoek. In oktober moest hij stevast appels drogen. Ook met inmaken hielp hij. Die ervaring kwam goed van pas toen hij eind jaren '70 bij het Haarlemse jongerencentrum Zero een cursus gaf over inmaken en bewaren van groente en fruit. 'Er bleek', vertelt Donderwinkel, 'nauwelijks informatie te bestaan over ecologische technieken van inmaken. Inmaken was sinds de jaren '50 in het slop geraakt; wie groente wilde bewaren vroor het in of kocht groenten in blik. Ik heb literatuur nageplozen en keek hoe ze het in fabrieken deden. Er bleken simpele, doeltreffende technieken te zijn uitgevonden. Het waterslot voor zuurkool bijvoorbeeld; de bolle deksel ligt dan met de rand in een gootje vol water.'

Zonder suiker

Dankzij de cursus kreeg Donderwinkel een berg aan informatie, die hij op papier zette. Hij stelde voor een boekje te schrijven over inmaken. De redacteur voelde daar wel voor.

'Ik had zoveel informatie!' herinnert Donderwinkel zich. 'Ik heb meer gestreept dan geschreven en nog stond het boek barsensvol.' Het liep goed en daarom schreef hij vervolgens *Jam maken zonder suiker*. Dat werd een bestseller. Kennelijk sloeg dat 'zonder suiker' aan. Daar kon je dus meer mee doen. Voor het eerst schreef Donderwinkel iets omdat er vraag naar was en niet omdat hij er toch al mee bezig was. Achtereenvolgens schreef hij *Lekker bakken zonder suiker* en *Toetjes zonder suiker*, beide in samenwerking met Lidy Severt. 'Toen ik met het jam-boekje bezig was, zocht ik een manier om jam in te dikken zonder suiker. In een Amerikaans boek kwam ik pectine tegen. Ik nam contact op met de Nederlandse importeur van pectine, die hielp met de ontwikkeling en verkoop van een geleermiddel voor jam zonder suiker.' Donderwinkel bracht in 1985 met zijn broer Willy het thans bekende *Marmello* op de markt. Marmello is overgenomen door thee- en kruidenhandel Piramide. Donderwinkel zelf heeft ook twee jaar bij Piramide gewerkt als produktontwikkelaar en marketing-man. Daarna, van '91 tot '94, was hij als onderzoeker bij de Rijksuniversiteit Groningen bezig met *non-food* toepassingen van landbouwprodukten. Voordat hij Marmello ontwikkelde, runde hij met enkele anderen gedurende zes jaar

de natuurvoedingswinkel de Paardebloem.

De strot uit

Na *Toetjes zonder suiker* (1989), viel er een hiaat in Donderwinkels schrijfwerk voor De Kleine Aarde. 'De redactie en ik werden het niet over mogelijke onderwerpen eens. De Kleine Aarde legde nadruk op de ecologische leer, terwijl ik wilde dat een boek de lezer zou aanspreken. Voor mij is ecologie een leefstijl, geen evangelie. Het gaat mij om de boodschappen, niet om de boodschap. De Kleine Aarde keurde bijvoorbeeld uitsluitend het gebruik van hele granen en bonen goed! En tofu was taboe, want tofu was soja en soja kwam van ver en dat vergde transport en energie en dat kon dus niet. Ik was al blij als ik mensen tot een vegetarisch hapje kon verleiden. Als je dan vleesvervangers verbiedt, jaag je iedereen weg. Nu is dat weer compleet anders; in *Hartige taarten* mocht ik zelfs een paar vlees- en visgerechten opnemen. Dat wisselende beleid kwam mij de strot uit. Zes boeken, zes redacteurs. Ik had altijd met hun persoonlijke visies te maken en moest vaak ook nog met de voedingsgroep bakkeleien!'

De laatste twee jaar schrijft Donderwinkel weer voor De Kleine Aarde. Eind '94 verscheen *Hartige Taarten* en december '95 zag *De Kleine Kok* het licht. Zou hij niet voor grote uitgeverijen willen schrijven? 'Ach, ik ben niet zozeer schrijver. Ik ben vooral menger en roerder.' Marmello, Paardebloem, Piramide en universiteit bewijzen dat. Behalve met de plannen voor een koffie- en theehandel is Donderwinkel bezig met het ontwikkelen van huidcrèmes. Crèmes en cosmetica vindt hij moeilijker te maken dan gerechten.

'Er zitten veel ingrediënten in en de verhoudingen luisteren nauw. Maar hoe lastig het is om cosmetica te maken, het verkopen ervan is nog moeilijker. Ik heb diverse crèmes gemaakt, maar de achterstand op een merk als Weleda haal je nooit in. Wel zou ik bijvoorbeeld heel goed jullie boekje over zelf cosmetica maken kunnen herschrijven.'

Is de menger dan toch auteur?

De Kleine Kok f22,50/ Bf 450; Inmaken en bewaren f10,50/ Bf 210; Jam maken zonder suiker f10,50/ Bf 210; Toetjes zonder suiker f10,50/ Bf 210; Lekker bakken zonder suiker f10,50/ Bf 210; Hartige taarten f10,50/ Bf 210. De prijzen zijn inclusief verzendkosten. Bestelwijze: zie achterop dit tijdschrift.

Bij spelletjes denken we meestal aan Trivial Pursuit, Black Gammon of Rummicub, niet aan milieuspelletjes. Toch is er in deze bijzondere categorie een aardig aanbod van leuke, soms gemene, maar vooral leerzame spelletjes. Wat dacht u van het Slakkespoorspel, het Milieumonsterspel of het Kleurrijke Wereldspel?

FOTO: LAURENS LAMMERS



Milieuspel: leerzamer dan gewoon spel Mens erger je groen

LAURENS LAMMERS

Hoeveel milieuspelletjes er precies bestaan is onbekend. Milieudefensie houdt een overzichtslijst bij van wat ooit is verschenen, aangevuld met informatie over de makers, het soort spel en het verschijningsjaar. De lijst omvat ruim twintig titels, maar is niet compleet. Ook de prijzen van milieuspelletjes ontbreken. Die prijzen vallen over het algemeen mee. Een enkele, luxe uitgevoerde doos kost vier tientjes. Voor het goedkoopste spelletje uit deze test telde De Kleine Aarde slechts f 3,50 neer.

In vergelijking met gewone spelletjes hebben milieuspelletjes meer overeenkomsten dan verschillen. Je kunt er uren mee zoet zijn, veel spelletjes werken volgens het vraag-antwoord-principe en de vorm is vaak afgekeken van memory, ganzenborden of domino. Het Wereldvoedselspel is bijna een kopie van monopoly, met namaakgeld en al. Alleen de verdeling van het geld is anders, omdat in deze wereld niet iedereen even veel geld heeft, aldus de

makers. Voor mensen die niet van moeilijke vragen houden, zijn milieuspelletjes niet zo interessant. Vooral de discussiespelletjes, in de vorm van bord- of domino-spel, vergen tijd, argumentatiekunst en specifieke milieukennis. Als alternatief zijn er de milieuspelletjes voor kinderen. Die zijn ook voor volwassenen aardig om te doen. Dat laatste is echter nog een euvel in het aanbod. Milieuspelletjes zijn vooral serieus en 'leerzaam'. Er mag best meer humor in.

SLAKKESPOORSPEL

Het IVN bedacht zo'n spel dat zowel leuk is voor kinderen als volwassenen: het Slakkespoorspel (f3,50). Voor wie alles wil weten over slakken, is dit spel een uitkomst. Wie anderszins meedoet, moet vooral letten op de grappen in het spel. In een envelop zit een spelbord, uiteraard met een grote getekende slak erop, en een vel met opdrachten. De benodigde pionnen en de dobbelsteen moeten de spelers (2-6 personen) zelf regelen. Je kunt lege slakke-

huisjes gebruiken, maar ook de bijgeleverde slakkenkaartjes uitknippen. De bedoeling is om op het middelpunt van het getekende slakkehuis te komen. Slakken zijn langzaam, dus wie het laagst gooit, mag beginnen. Degene die op een tekstvakje komt, leest een opdracht voor en voert deze uit. Elke opdracht zegt iets over slakken. Zo leert vakje zes dat slakken hun bestek altijd bij zich hebben in de vorm van de knabbelandjes op de bovenlip. De informatie geeft tevens aan of je geluk hebt of niet.

Wie bijvoorbeeld op vakje twintig komt, leest hoe het diertje zich voortbeweegt en mag vervolgens drie plaatsen verder glijden.
IVN, 020-6228115.

KLEURRIJKE WERELD SPEL

Van een heel ander kaliber is het Kleurrijke Wereld spel (f 10,-) van Omslag, werkplaats voor Duurzame Ontwikkeling. Het spel zit in een zeer fraai ontworpen doosje en lijkt op domino. In het doosje zitten een handleiding, dertig speelkaartjes met twee kleuren en zes themakaartjes (milieu, economie, cultuur, vrede, werk en solidariteit) met één kleur. De themakaartjes fungeren ook als startkaart. Het spel begint als het themakaartje is getrokken, bijvoorbeeld geel (= economie). De spelers moeten zien hun kaartjes kwijt te raken door speelkaarten aan themakaarten te koppelen. Zo worden twee thema's aan elkaar gelegd. Elke speler moet het onderlinge verband uitleggen en beargumenteren. Is de argumentatie niet bevredigend genoeg voor de andere spelers, dan moet het speelkaartje weer weg en de speler een beurt overslaan. Volgens de makers kent het spel alleen winnaars. Al pratend zal er volgens de bedenkers een kleurrijke wereld ontstaan, waar het goed toeven is. Maar daarvoor blijkt het spel te vaag, nog los van de vraag hoe Omslag die wereld dan zelf ziet. Dat

wordt nergens duidelijk. De thema's zijn te breed en onderlinge relaties moeilijk, laat staan positief, uit te leggen. Wellicht zou het spel over concrete dilemma's moeten gaan. Nu is het meer een soort praattherapie.

Omslag, 073-5941622.

NO TIME TO WASTE

Greenpeace doet met haar spel *No time to waste* (f 25,-) een poging om haar manier van actievoeren in de huiskamer te introduceren. De doos lijkt zo bij Bart Smit vandaan te komen in plaats van de Greenpeace-infowinkel. De bedoeling is dat verschillende teams binnen zestig minuten een schone wereld realiseren. Met veel samenwerking moet dat volgens de makers lukken. Zo niet, dan vergaat de wereld. In het spel zit een opwindbare tijd-klok, die na exact een uur spelen af gaat! Alle teams krijgen vragen over (veelvoorkomende) milieukwesties binnen de thema's water, lucht, aarde en flora/fauna. Een fout antwoord betekent een (hinderlijke) alarmkaart in het spel, die de weg naar een schone wereld blokkeert. Er zijn 52 alarmkaarten en drie alarmfases, dus dat belooft zweet, bloed en tranen. Voor beginners is het spel erg ingewikkeld. De wereld is al vergaan voordat de teams de spelregels kennen. De handleiding is niet erg eenduidig. Voor ervaren spelers is het spel ongetwijfeld zeer spannend.
Greenpeace, 020-6261877.

TREKVOGELSPEL

De Vogelbescherming heeft voor kinderen een duur (f38,50), maar weinig boeiend Trekvogelspel. De speler gaat als 'boeren-zwaluw' op trek naar het warme zuiden. Onderweg dreigen allerlei gevaren. Dichte mist, jagers en roofvogels; het loert allemaal om de hoek. De bedoeling is om zo snel mogelijk in Zuidelijk Afrika zien te komen. Bij alle vakjes op het bord horen opdrachten, die hetzelfde zijn als bij Ganzenbord, dus 'sla een beurt over' of 'ga een extra plaats vooruit.' In een begeleidende brochure staat van alles beschreven over het fenomeen vogeltrek, maar tijdens het spel leer je hier niets over. Het lijkt logisch om het spel plaats te laten vinden op een wereldkaart, maar hier is niet voor gekozen.
Vogelbescherming Nederland, 030-6937700.

Slim computerspel tast kennis af

Omslag maakte behalve een kaartenspel ook een vernuftig computerspel. *Wereld vol vragen* staat op een 3fi-inch diskette en werkt volgens de makers op elke PC. Het is een puur kennisspel over de wereld waarin we leven. De bedoeling is dat de speler uit een doolhof vol gangen en deurtjes ontsnapt. Maar daarvoor moet eerst een sleutel worden opgehaald. Met deze sleutel kan de speler de hoofduitgang openen en het doolhof verlaten.

Elk deurtje in het doolhof is tevens een vraag. De speler krijgt vier antwoorden, waarvan er één goed is. Een fout antwoord sluit het deurtje af. Bij een goed antwoord komt de uitgang dichterbij. Een speler die veel foute antwoorden geeft, raakt opgesloten en kan tenslotte weer opnieuw beginnen. Het gemene van het spelletje is, dat de vragen bij elke nieuwe beurt worden gehusseld en het startpunt weer elders in het doolhof is. De kans om op dezelfde vragen te stuiten als de keer ervoor is dus klein.

De vragen zijn pittig en soms origineel. Een leuke vraag is bijvoorbeeld: 'Met welk feest wordt de Ramadan afgesloten? De 'Hoeveel...?'-vragen, die erg veel voorkomen, zijn niet zo interessant. Hoeveel verschillende chemicaliën gebruikt de papierindustrie? Het antwoord is puur gokwerk en gaat ons verstand te boven. Curieus zijn de vragen naar het juiste telefoon- en giro-nummer van Omslag. Jammer dat het goede antwoord na een fout uitblijft. De speler krijgt wel allerlei achtergrondinformatie bij een goed antwoord. Tijdens deze test lukte de ontsnapping pas na één mislukte poging, maar wel in een aanzienlijk tempo. Met zes goede en twee foute antwoorden, wat geen slechte score is. Zeker niet in een beetje gemeen, maar vooral nuttig spelletje als dit.

Omslag, 073-5941622.

VERVOER

De zeppelin is terug! Wetenschappers, fabrikanten en beleidsmakers onderzoeken de mogelijkheden van het vervoermiddel. Kan het zich meten met vliegtuig en vrachtwagen? Of blijft het bij pleziertochtjes voor elitaire toeristen? De voors en tegens van het luchtschip.

16



BRAM VAN GINNEKEN

Zeppelin: luchtschip of luchtfiets?

De Kleine Aarde kondigde twee jaar geleden de wederkeer van het luchtschip aan (Nr. 89, zomer '94). De kansen voor het luchtschip zijn niet meer zo groot geweest sinds 6 mei 1937, toen de ramp met de Hindenburg een abrupt einde aan de luchtscheepvaart maakte. Binnenkort vliegt, als het aan Ian Alexander ligt, in Nederland een luchtschip rond. De Schot Alexander is directeur van *Rigid Airships Design*, een onlangs opgericht bedrijf, dat in Rotterdam de *Holland Millenium Navigator* wil bouwen. Dit *rigid airship* heeft een metalen frame van ruim 150 meter lengte, waarin verschillende compartimenten vol helium zitten. Het laadvermogen is twintig ton, de maximum snelheid 150 km/uur. Momenteel vliegen er niet meer dan 24 met helium gevulde luchtschepen boven de wereld, maar de kans op een heuse comeback van dit doodgewaande vervoermiddel is groot. Wereldwijd zijn 22 fabrikanten actief in veertien landen.

Veilig

Geef Ian Alexander een half woord en hij begint met aanstekelijk enthousiasme de rooskleurige toekomst van het luchtschip te schetsen. 'Het luchtschip is het veiligste vliegende vervoermiddel dat er bestaat. Simpelweg omdat het blijft zweven, terwijl vliegtuigen brandstof slurpen om in de lucht te blijven. Luchtschepen kunnen bovendien voor een belangrijk gedeelte op zonne-energie draaien, omdat ze een enorm buitenoppervlak hebben. Ze hoeven niet vaak te tanken en kunnen met zonnecellen twee keer zo lang in de lucht blijven.

Alexander gaat voorlopig nog niet voor de handel bouwen. De *Holland Millenium Navigator* wordt een prototype. Hij kan gebruikt worden voor tests en het trainen van piloten. 'Eerst moet de rijksluchtvaartdienst goedkeuring geven', zegt hij. Belangrijker nog is het dat hij de financiering rond krijgt, maar daarover wil hij ook na aandringen niets loslaten.

Paul Peeters doet voor het Ministerie van Verkeer en Waterstaat onderzoek naar de mogelijkheden voor het luchtschip.

'Tijdens mijn studie vliegtuigbouw werd altijd verteld dat luchtschepen verleden tijd zijn', vertelt Peeters. 'Het leek mij ook sterk dat ze zo weinig energie gebruiken. Toch is dat zo, als ze maar niet te hard vliegen.' Milieuvriendelijk bij lage snelheden dus. Dat komt door het kolossale volume helium dat nodig is om een flinke

vracht te tillen. Een luchtschip voor vijf-honderd passagiers moet 270 meter lang en veertig meter breed zijn. Zo'n gevaarte heeft veel luchtweerstand, ondanks de aerodynamische sigaarvorm. Technisch gezien is 250 kilometer per uur haalbaar, schat Peeters, maar dan zou het energieverbruik even hoog zijn als van een Jumbo Jet met evenveel passagiers. Vliegt het luchtschip 120 kilometer per uur, dan is de milieubelasting vergelijkbaar met die van een trein. Bij lagere snelheden ziet de energiebalans er zeer zuinig uit. 'Reizigers moeten

'Als je het Grote Barrière-rif wilt bekijken, kan ik me geen betere manier voorstellen'

de lagere snelheid voor lief nemen. Dan is het een prettige en attractieve manier van reizen', vindt Peeters.

Trekpleister

Het luchtschip als toeristische trekpleister? De fabrikanten zien meer in (para-)militaire toepassingen als terreinverkenning. De Amerikaanse kustwacht gebruikt ze bijvoorbeeld om smokkelaars op te sporen. Een luchtschip is zuiniger en goedkoper dan een vliegtuig. Bovendien kan een luchtschip stil hangen. Wetenschappelijke

Zestig miljoen

Volgens NRC-Handelsblad van 7 augustus heeft een woordvoerder van Rigid Airships Design verklaard dat de benodigde som van zestig miljoen bij elkaar geschraapt is. In hetzelfde artikel worden connecties onthuld tussen Rigid Airships Design en de internationaal beruchte zwendelaar Van Doorn. Voor de gemeente Rotterdam, waar Rigid Airships zich wil vestigen, is dat geen reden om de luchtschipfabriek van het bedrijventerrein te weren.

missies vormen een andere toepassing. De Universiteit van Stuttgart is bezig de *Lotte 4* te bouwen, een door zonnecellen aangedreven luchtschip waar twee personen in passen. Zo'n schip is bij uitstek geschikt om concentraties vervuilende gassen te meten, aangezien het zelf niets uitstoot. Een ander voorbeeld is onderzoek naar tropisch regenwoud. Een Frans team slaagde

erin uit een luchtschip een opblaasbaar vlot op de boomtoppen van het oerwoud te dumpen, om van daar uit de natuur te bestuderen.

Vrachtovervoer is een belangrijke optie. De kloof tussen het snelle maar dure vliegtuig en het trage maar goedkope vrachtschip is breed. Het luchtschip zou die kunnen vullen. Luchtschepen zijn stukken milieuvriendelijker dan vliegtuigen en veel sneller dan schepen. Ze zouden ook het vervoer per vrachtwagen kunnen vervan-

Luchtschepen-debat

Op 28 september organiseert De Kleine Aarde een debat over luchtschepen.

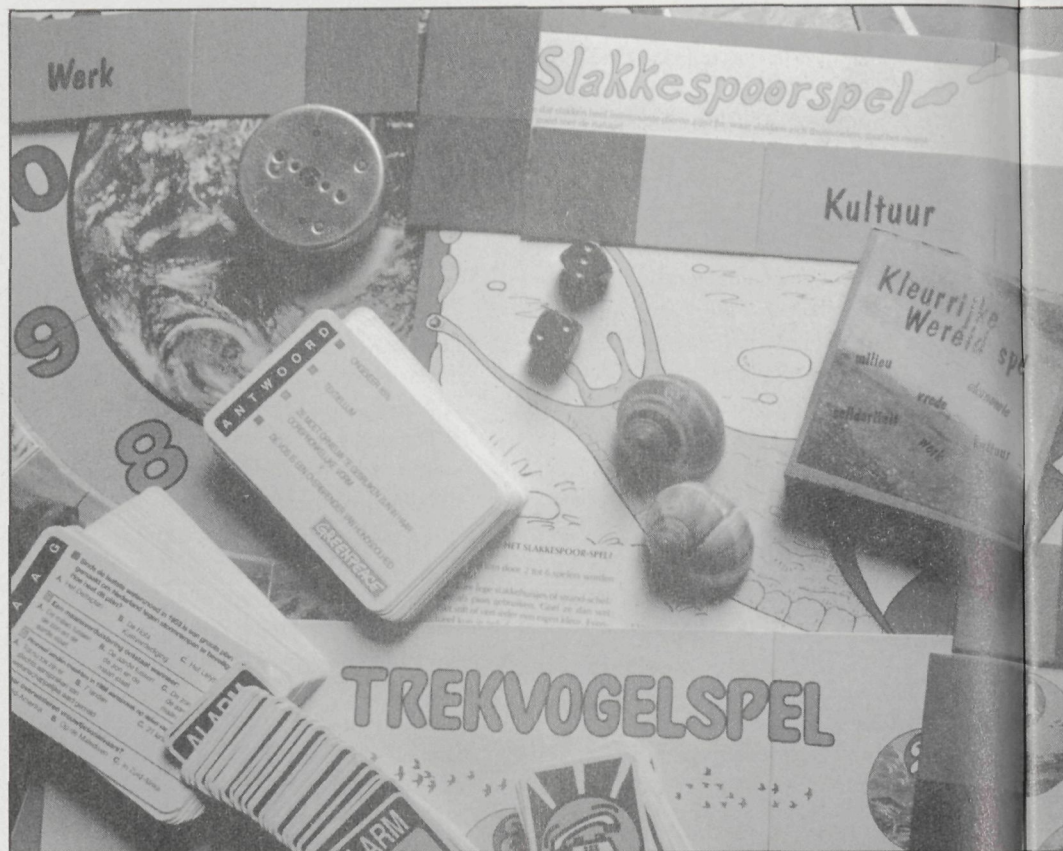
Gerard Bekebrede (Nationaal Lucht- en Ruimtevaartlaboratorium), Marten Bierman (EK-fractie Groenen), Frits Castricum (Europarlement), Wijnand Duyvendak (Milieudefensie), Gert Leers (TK-fractie CDA), Jochem Peeters (VROM), Paul Peeters (Auteur Luchtschippapport van V&W) en Arjan van Timmeren (TU Delft) discussiëren onder leiding van Eric Jan Tuininga, hoogleraar aan de VU en presentator van tv-programma 'Arena'.

Op 28 september zullen de resultaten beschikbaar zijn van een studie over het belang van luchtschepen, uitgevoerd door adviesbureau Paul Peeters in opdracht van het ministerie van Verkeer en Waterstaat. Deze gegevens zullen in het debat zeker worden meegenomen.

Luchtschependebat, zaterdag 28 september, 13.30 tot 16.00 u. In De Kargadoor, Oude Gracht 36, Utrecht. Toegang f 30,- incl. koffie/thee. Donateurs De Kleine Aarde f 25,-. Informatie & aanmelding: Jan Juffermans, DKA, Postbus 151, 5280 AD Boxtel, tel. 0411-684921, fax. 0411-683407.

Bij spelletjes denken we meestal aan Trivial Pursuit, Black Gammon of Rummicub, niet aan milieuspelletjes. Toch is er in deze bijzondere categorie een aardig aanbod van leuke, soms gemene, maar vooral leerzame spelletjes. Wat dacht u van het Slakkespoorspel, het Milieumonsterspel of het Kleurrijke Wereldspel?

FOTO: LAURENS LAMMERS



Milieuspel: leerzamer dan gewoon spel Mens erger je groen

LAURENS LAMMERS

16

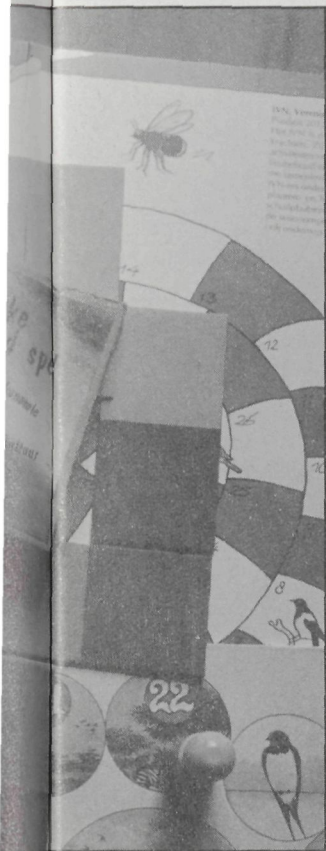
Hoeveel milieuspelletjes er precies bestaan is onbekend. Milieudefensie houdt een overzichtslijst bij van wat ooit is verschenen, aangevuld met informatie over de makers, het soort spel en het verschijningsjaar. De lijst omvat ruim twintig titels, maar is niet compleet. Ook de prijzen van milieuspelletjes ontbreken. Die prijzen vallen over het algemeen mee. Een enkele, luxe uitgevoerde doos kost vier tientjes. Voor het goedkoopste spelletje uit deze test telde De Kleine Aarde slechts f 3,50 neer.

In vergelijking met gewone spelletjes hebben milieuspelletjes meer overeenkomsten dan verschillen. Je kunt er uren mee zoet zijn, veel spelletjes werken volgens het vraag-antwoord-principe en de vorm is vaak afgekeken van *memory*, ganzenborden of domino. Het Wereldvoedselspel is bijna een kopie van monopoly, met namaakgeld en al. Alleen de verdeling van het geld is anders, omdat in deze wereld niet iedereen even veel geld heeft, aldus de

makers. Voor mensen die niet van moeilijke vragen houden, zijn milieuspelletjes niet zo interessant. Vooral de discussiespelletjes, in de vorm van bord- of domino-spel, vergen tijd, argumentatiekunst en specifieke milieukennis. Als alternatief zijn er de milieuspelletjes voor kinderen. Die zijn ook voor volwassenen aardig om te doen. Dat laatste is echter nog een euvel in het aanbod. Milieuspelletjes zijn vooral serieus en 'leerzaam'. Er mag best meer humor in.

SLAKKESPOORSPEL

Het IVN bedacht zo'n spel dat zowel leuk is voor kinderen als volwassenen: het Slakkespoorspel (f3,50). Voor wie alles wil weten over slakken, is dit spel een uitkomst. Wie anderszins meedoet, moet vooral letten op de grappen in het spel. In een envelop zit een spelbord, uiteraard met een grote getekende slak erop, en een vel met opdrachten. De benodigde pionnen en de dobbelsteen moeten de spelers (2-6 personen) zelf regelen. Je kunt lege slakke-



huisjes gebruiken, maar ook de bijgeleverde slakkenkaartjes uitknippen. De bedoeling is om op het middelpunt van het getekende slakkehuis te komen. Slakken zijn langzaam, dus wie het laagst gooit, mag beginnen. Degene die op een tekstvakje komt, leest een opdracht voor en voert deze uit. Elke opdracht zegt iets over slakken. Zo leert vakje zes dat slakken hun bestek altijd bij zich hebben in de vorm van de knabbelbandjes op de bovenlip. De informatie geeft tevens aan of je geluk hebt of niet. Wie bijvoorbeeld op

vakje twintig komt, leest hoe het diertje zich voortbeweegt en mag vervolgens drie plaatsen verder glijden. IVN, 020-6228115.

KLEURRIJKE WERELD SPEL

Van een heel ander kaliber is het Kleurrijke Wereld spel (f 10,-) van Omslag, werkplaats voor Duurzame Ontwikkeling. Het spel zit in een zeer fraai ontworpen doosje en lijkt op domino. In het doosje zitten een handleiding, dertig speelkaartjes met twee kleuren en zes themakaartjes (milieu, economie, cultuur, vrede, werk en solidariteit) met één kleur. De themakaartjes fungeren ook als startkaart. Het spel begint als het themakaartje is getrokken, bijvoorbeeld geel (= economie). De spelers moeten zien hun kaartjes kwijt te raken door speelkaarten aan themakaarten te koppelen. Zo worden twee thema's aan elkaar gelegd. Elke speler moet het onderlinge verband uitleggen en beargmenteren. Is de argumentatie niet bevredigend genoeg voor de andere spelers, dan moet het speelkaartje weer weg en de speler een beurt overslaan.

Volgens de makers kent het spel alleen winnaars. Al pratend zal er volgens de bedenkers een kleurrijke wereld ontstaan, waar het goed toeven is. Maar daarvoor blijkt het spel te vaag, nog los van de vraag hoe Omslag die wereld dan zelf ziet. Dat

wordt nergens duidelijk. De thema's zijn te breed en onderlinge relaties moeilijk, laat staan positief, uit te leggen. Wellicht zou het spel over concrete dilemma's moeten gaan. Nu is het meer een soort praattherapie.

Omslag, 073-5941622.

NO TIME TO WASTE

Greenpeace doet met haar spel *No time to waste* (f 25,-) een poging om haar manier van actievoeren in de huiskamer te introduceren. De doos lijkt zo bij Bart Smit van daan te komen in plaats van de Greenpeace-infowinkel. De bedoeling is dat verschillende teams binnen zestig minuten een schone wereld realiseren. Met veel samenwerking moet dat volgens de makers lukken. Zo niet, dan vergaat de wereld. In het spel zit een opwindbare tijd-klok, die na exact een uur spelen af gaat! Alle teams krijgen vragen over (veelvoorkomende) milieukwesties binnen de thema's water, lucht, aarde en flora/fauna. Een fout antwoord betekent een (hinderlijke) alarmkaart in het spel, die de weg naar een schone wereld blokkeert. Er zijn 52 alarmkaarten en drie alarmfases, dus dat belooft zweet, bloed en tranen. Voor beginners is het spel erg ingewikkeld. De wereld is al vergaan voordat de teams de spelregels kennen. De handleiding is niet erg eenduidig. Voor ervaren spelers is het spel ongetwijfeld zeer spannend. Greenpeace, 020-6261877.

TREKVOGELSPEL

De Vogelbescherming heeft voor kinderen een duur (f38,50), maar weinig boeiend Trekvogelspel. De speler gaat als 'boerenzwaluw' op trek naar het warme zuiden. Onderweg dreigen allerlei gevaren. Dichte mist, jagers en roofvogels: het loert allemaal om de hoek. De bedoeling is om zo snel mogelijk in Zuidelijk Afrika zien te komen. Bij alle vakjes op het bord horen opdrachten, die hetzelfde zijn als bij Ganzenbord, dus 'sla een beurt over' of 'ga een extra plaats vooruit.' In een begeleidende brochure staat van alles beschreven over het fenomeen vogeltrek, maar tijdens het spel leer je hier niets over. Het lijkt logisch om het spel plaats te laten vinden op een wereldkaart, maar hier is niet voor gekozen.

Vogelbescherming Nederland,
030-6937700.

Slim computerspel tast kennis af

Omslag maakte behalve een kaartenspel ook een vernuftig computerspel. *Wereld vol vragen* staat op een 3fi-inch diskette en werkt volgens de makers op elke PC. Het is een puur kennisspel over de wereld waarin we leven. De bedoeling is dat de speler uit een doolhof vol gangen en deurtjes ontsnapt. Maar daarvoor moet eerst een sleutel worden opgehaald. Met deze sleutel kan de speler de hoofduitgang openen en het doolhof verlaten.

Elk deurtje in het doolhof is tevens een vraag. De speler krijgt vier antwoorden, waarvan er één goed is. Een fout antwoord sluit het deurtje af. Bij een goed antwoord komt de uitgang dichterbij. Een speler die veel foute antwoorden geeft, raakt opgesloten en kan tenslotte weer opnieuw beginnen. Het gemene van het spelletje is, dat de vragen bij elke nieuwe beurt worden gehusseld en het startpunt weer elders in het doolhof is. De kans om op dezelfde vragen te stuiten als de keer ervoor is dus klein.

De vragen zijn pittig en soms origineel. Een leuke vraag is bijvoorbeeld: 'Met welk feest wordt de Ramadan afgesloten? De 'Hoeveel...?'-vragen, die erg veel voorkomen, zijn niet zo interessant. Hoeveel verschillende chemicaliën gebruikt de papierindustrie? Het antwoord is puur gokwerk en gaat ons verstand te boven. Curieus zijn de vragen naar het juiste telefoon- en giro-nummer van Omslag. Jammer dat het goede antwoord na een fout uitblijft. De speler krijgt wel allerlei achtergrondinformatie bij een goed antwoord. Tijdens deze test lukte de ontsnapping pas na één mislukte poging, maar wel in een aanzienlijk tempo. Met zes goede en twee foute antwoorden, wat geen slechte score is. Zeker niet in een beetje gemeen, maar vooral nuttig spelletje als dit.

Omslag, 073-5941622.

Zonnehoed steekt van wal

Per fluisterboot door het Rijk der Duizend Eilanden

Wiebelig glijdt de Zonnehoed van de kade weg. Ik verwacht het tuk-tuk-tuk van een dieselmotor, maar hoor slechts een zacht zoemen. O ja, het is een fluisterboot. Ik veeg een bankje droog van het bronwater waarmee de Zonnehoed zojuist is gedoopt. De Kleine Aarde vaart mee op de eerste educatieve en recreatieve mini-expeditie van Erik van Gameren in Broek op Langedijk.

KOOS DIJKSTERHUIS

De Zonnehoed fluistert in het tempo van een getrainde wandelaar tussen de rietkragen door. Twee flikvloeiende futen aan bakboord plooiën hun gezamenlijke halzen tot een hartvorm. Karekieten overstemmen met hun gekraak het gezoem van de elektromotor. Het is koud, donker en regenachtig, maar de accu, opgeladen door een afdak van zonnepanelen, kan ons nog uren laten fluisteren mocht dat nodig zijn. 'Die zonnepanelen zijn ideaal', verzekert Van Gameren, terwijl hij reikhalzend langs de passagiers zijn koers bepaalt, 'ze zijn schoon en kosten niets qua brandstof, je hoort de vogels en je ruikt het landschap. De accu laadt op als de boot aan de kade ligt en de panelen geven beschutting tegen regen of felle zon.'

Van Gameren vestigde zich een paar jaar geleden in Gelderland, na een tijd in Frankrijk te hebben gewoond. Daar bekwaamde hij zich in de ecologische tuinbouw, iets waarmee hij in Nederland door wilde gaan. In een advertentie vroeg hij om een stukje grond. De advertentie kwam onder ogen van een medewerker van Staatsbosbeheer, eigenaar en beheerder van Oosterdel, het enige landschapsreservaat van Nederland en restant van het Rijk der Duizend Eilanden bij Heerhugowaard. Van Gameren kon een eiland pachten voor

een habbekrats. Hij verhuisde naar Noord-Holland, kocht een schuit en legde een moes- en kruidentuin aan op zijn eiland.

Zuurkool

Op de eilanden in het moeras- en waterrijke gebied van West-Friesland verbouwde men door de eeuwen heen aardappels en witte kool. Nog steeds komt driekwart van de Nederlandse zuurkool uit deze streek. Om het inklinken van de leembodem op de eilanden tegen te gaan, gooiden de tuinders er bagger uit het water op. Die bagger was uitstekende compost. Door het gegraveerde diepte men het water uit, terwijl de eilanden steviger en droger werden. Zo ontstond het eilandenrijk, een echt cultuurlandschap dus. De boeren verplaatsten zich per schuit, eerst *kloetend* (bomend), later met dieselmotor.

Rijk werden de tuinders niet van hun aardappels en kolen. Grote delen van het gebied zijn de afgelopen decennia gedempt en herverkaveld. Veel tuinders vertrokken. In hun plaats kwamen forenzen met villa's en rustzoekers met zomerhuizen. Staatsbosbeheer probeert het resterende eilandengebied in tact te houden. Daarvoor is tuinbouw nodig, bij voorkeur ecologische tuinbouw, om de natuur- en landschapswaarde te bewaren. Vandaar dat Staatsbosbeheer blij was met de komst van

Van Gameren. Inmiddels zijn er verschillende ecologische tuinders actief die groenten, kruiden en bloemen telen. 'Ik wilde andere mensen laten genieten van dit schitterende gebied en kennis laten maken met ecologisch tuinieren', vertelt Van Gameren. Hij bouwde zijn traditionele vlet, bouwjaar rond 1910, om tot een fluisterboot en zette de Zonnehoed op poten. De investering van 25 mille, nodig voor de boot en zonnepanelen, werd bijgeschaapt dankzij subsidies van Provincie, Novem en Europese Unie en een lening van de bank. Staatsbosbeheer financierde een gemeenschappelijke folder. Afgevaardigden van alle weldoeners zijn aanwezig, als we voet op Van Gamerens educatie-eiland zetten. Een koekoek scheert luid roepend over. Het eiland meet ongeveer een halve bunder. Bezoekers kunnen door de kruidentuin wandelen, de moeras- en bloemengeur opsnuiven of meedoen aan activiteiten. Van Gameren nodigt ons uit om een zonnepit in de grond te stoppen. Het is zaak de exacte lokatie goed te onthouden, want over drie maanden mogen we weer eens mee om onze zonnebloem te oogsten. Tegen die tijd groeit op het eiland een weelde van kruiden, die de bezoeker kan plukken om ter plekke thee van te zetten. De rode zonnehoed ontbreekt uiteraard niet. En zo zijn er

tal van dingen te doen. Wilgetenen vlechten bijvoorbeeld of wijn maken van paardebloemen. In een grote glazen pot langs het wandelpad staan de paardebloemen al te gisten. Hier en daar op het eiland zijn sculpturen te bewonderen. Zo staat er een kniehoog heiligenbeeld dat sterk doet denken aan de mysterieuze beelden van de Keltische christenen in Ierland. Wie zou de beeldhouwer zijn? Ik buig mij naar het opschrift: 'Van Frans Kalksteen'. Frans Kalksteen blijkt echter niet de kunstenaar, maar het materiaal te zijn. De maker is Hennie Jansen.

Onder een dozijn paraplu's en in de luwte van een scherm van wilgetenen, duikt het gezelschap in enkele picknickmanden, gevuld met cake, thee en heuse champagne. Als ik terugloop naar de vlet klappiekt plotseling een eend op, een halve meter van mijn voeten. 'O, ze is er gelukkig nog!' zegt Van Gameren blij. In een grazig kuiltje liggen twaalf eieren.

Expeditie op woensdagmiddag 14.00-16.00 en zaterdagochtend 10.00-12.00 uur, van mei t/m september. Kosten f12,50 pp., f 7,50 kinderen tot 10 jr. Max. 12 gasten. Groepsexcursies op maat en op andere tijden mogelijk. De Zonnehoed, afvaart achter Dorpsstraat 114/116, Broek op Langedijk.

Bereikbaar met bus 155 (halfuursdienst) vanaf station Alkmaar, halte Broekerveiling. Informatie en reservering: Erik van Gameren, Schoorlaan 13, 1705 EE Heerhugowaard, tel. 072-5722048.



Rode Zonnehoed, echinacea purpurea, is een vaste plant, afkomstig uit Noord-Amerika. Indianen gebruik(t)en de Zonnehoed om insekte- en slangebitten te behandelen. De plant wordt in wondhelende zalf verwerkt. Kauwen op Zonnehoed helpt tegen kiespijn en verhoogt de weerstand tegen infecties.

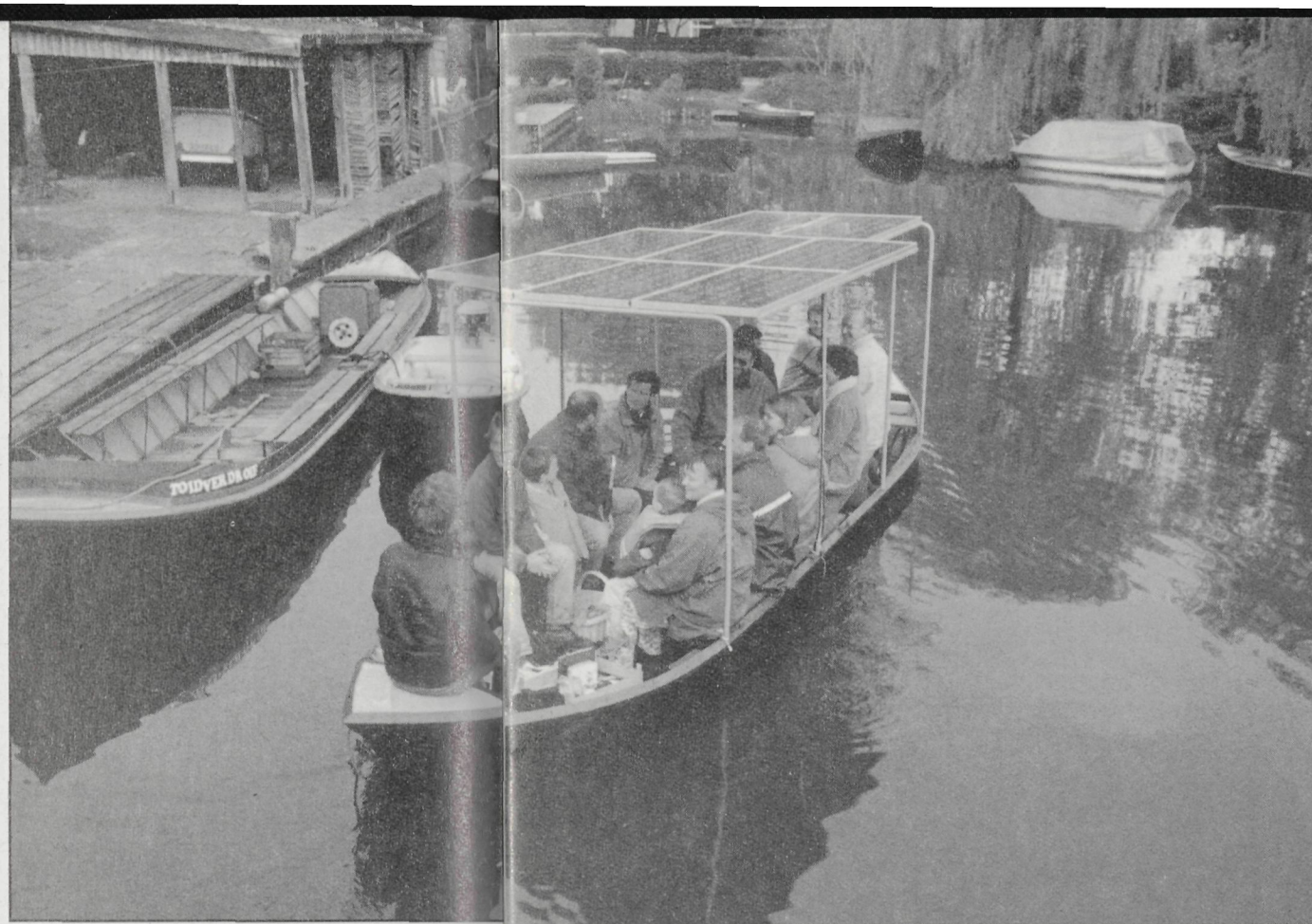


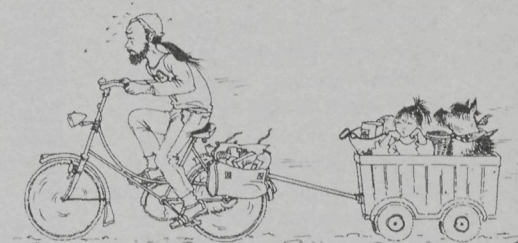
FOTO: MAURICE DE JONG

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. '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.

Voelt u zich de zeurpiet, de evangelist, de onbegrepen, de roepende in de woestijn, om wie men smalend gniffelt? Daar zeult u weer met flessen yoghurt achterop de fiets, terwijl de bureu u vanuit hun 3-deurs, volgepakt met boodschappen voor de hele week, meewarig toeknikken. De geërgerde neerbuigendheid van gastheer of gastvrouw, als u hen er voor het etentje aan herinnert, dat u liever geen vlees eet. Durft u kritiek te leveren op kennissen die er per vliegtuig al weer 'even een weekje tussenuit' gaan?

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 verhalen worden geplaatst in het winternummer van De Kleine Aarde, december 1996. Geplaatste verhalen worden beloond met een Groene-Gekkendiner: een ecologisch drie-gangenmenu op een vrijdagavond bij De Kleine Aarde.



Uit de kleine bladen

Smakelijke krenten uit de alternatieve bladen die afgelopen drie maanden verschenen.

Een vrek: 'In december zijn we getrouwd. De trouwjurk was geleend. Iedereen vond hem prachtig. Het gaat toch om de uitstraling, nietwaar?(...) Het leukste vind ik onze trouwringen. Dat zijn erfstukken. Mijn man draagt de ring van zijn vader en ik die van mijn oma. De ringen zijn niet alleen waardevoller, ze hebben ons nu slechts een paar tientjes gekost voor het ingraveren van de namen. Zo hebben we heel wat geld gespaard. Dat hebben we direct gebruikt voor een onvergetelijke huwelijksreis.'

Bron: Vrekkenkrant, juli.

Directeur José Groetelaars van Stichting Lekker Dier: 'Eigenlijk zou ik het liefste zien dat iedereen vegetariër werd. Maar goed, ik weet dat dat wel erg idealistisch is. Ik ben niet meer zo rechtlijnig als vroeger. Toen liet ik mensen met een leren jas niet in mijn huis. Tegenwoordig mogen ze wel binnenkomen. Maar ik zal er altijd wat van zeggen.'

Bron: Lekker Dier, juni.

- 18 *Tweede-Kamerlid Piet Blauw (VVD): 'Als de biologische landbouw wil groeien zal de sector dat zelf moeten bewerkstelligen: door overtuiging en overreding. Ik zie hiervoor geen taak bij de overheid.*

Waarom zouden wij ons meer moeten inspannen voor de bevordering van biologische landbouw dan voor het eten van haring of het maken van ballonvaarten?'

Bron: Vruchtbare Aarde, juli

Karla Schoeters, Vlaams milieu-activiste: 'Kleinschalige zuiveringsalternatieven krijgen steeds onterecht het etiket 'te duur' opgekleefd en de ontwerpen verdwijnen vaak onverbiddelijk in de prullenmand.'

Bron: Milieurama, juni

gen. 'Mag ik u erop wijzen dat de Nederlandse bloemenindustrie elke dag veertig ton bloemen per vrachtwagen en veerboot naar Engeland en Zweden vervoert?' hield Alexander zijn gehoor onlangs voor op een conferentie in Bedford. Hij ziet het luchtschip ook vracht vervoeren in landen waar een infrastructuur op de grond ontbreekt. Het verleden bewijst dat het allemaal mogelijk is, meent Alexander. Zo onderhield de LZ 127 van Graaf Zeppelin in 1931 een regelmatige dienst tussen Duitsland en Brazilië.

Een andere toepassing waar het luchtschip

'Iedereen lijkt te wensen dat die markt van personenvervoer ontstaat, maar persoonlijk vind ik het geen aantrekkelijk idee'

zelfs geen enkele concurrent heeft is het vervoer van zeer grote installaties, zeker als die naar moeilijk bereikbare locaties moeten. Stel er moet een fabriek in Siberië komen. Die moet in stukken vervoerd en ter plekke in elkaar gezet worden, waarvoor weer aparte assemblagefabrieken nodig zijn. Tien Duitse fabrikanten zijn samen zestig miljoen mark per jaar kwijt aan dergelijke transporten. Zij maken al plannen voor een *Cargo Lifter*, een luchtschip van driehonderd meter of nog langer, dat fabrieken in zijn geheel kan vervoeren. 'Het interessante daarvan is dat een kapitaalcrachtige industrie met luchtschepen aan de gang gaat en de technologie verder ontwikkelt', meent Peeters. 'De huidige initiatieven komen vooral van solerende hobbyisten. Wil het luchtschip een serieuze concurrent van andere vervoermiddelen worden, dan moet er een echte industrie ontstaan.'

Het is nog de vraag of aandrijving door zonnecellen realistisch is. Verschillende kleine modellen zijn ermee uitgerust. Maar voor grotere toestellen is een dieselmotor voorlopig de meest logische keuze. Volgens Peeters is die relatief zuinig, efficiënt en veilig. In Duitsland zijn speciale lichtgewicht dieselmotoren voor luchtschepen ontwikkeld, de zogenaamde *Zoche*-motoren. Arjan van Timmeren, werkzaam aan de TU Delft, houdt zich al een aantal jaren met luchtschepen bezig. Hij bedacht alvast een methode om zonlicht dat op het schip valt te reflecteren naar een strip zonnecellen, die over de totale lengte loopt.

Die strip zou tachtig procent van de energiebehoefte van de luchtboot kunnen dekken.

Interregionaal

Peeters is sceptisch over de mogelijkheden van het luchtschip in grootschalig personenvervoer. 'Als ik een zonnig toekomstscenario moet geven zou ik zeggen dat het publiek doorkrijgt dat luchtschepen hartstikke veilig zijn en heel leuk om mee te reizen. De toeristische hoek zou daarvan kunnen profiteren'. Alexander: 'Als je het Grote Barrière-rif wilt bekijken, kan ik me

Proefvluchten

De Duitse firma Zeppelin *Luftschifftechnik*, in 1908 opgericht door Graaf Ferdinand von Zeppelin, gaat volgend jaar proefvluchten maken met de *Zeppelin New Technology*, een luchtschip dat volgens de nieuwste technologie is gebouwd. De propellers kunnen kantelen, zodat verticaal stijgen en landen mogelijk is. Het onbrandbare helium wordt als vulling gebruikt. De energie voor voortstuwing komt grotendeels van de zon. Er passen twaalf passagiers in. Een Zeppelin voor 84 passagiers moet voor 2000 de lucht in.

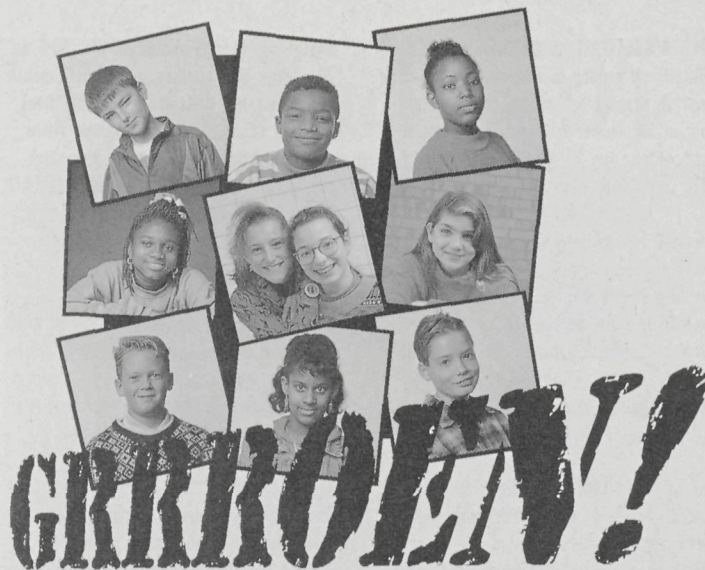
geen betere manier voorstellen. Maar voor woon-werkverkeer is het onpraktisch. Iedereen lijkt te wensen dat die markt van personenvervoer ontstaat, maar persoonlijk vind ik het geen aantrekkelijk idee.' Van Timmeren, die een speciale mast ontwierp om luchtschepen op een treinstation te laten aanmeren, klinkt optimistischer. Hij ziet wel mogelijkheden voor een lijndienst tussen Amsterdam en Londen. Hij denkt dat die reis per luchtschip sneller kan dan met een (hogesnelheids)-trein of boot en zelfs niet veel langer hoeft te duren dan een tocht per vliegtuig, omdat daar veel tijd verloren gaat met in- en outchecken, opstijgen en landen. 'Ik zie luchtschepen vooral als een vervanging van korte, interregionale vluchten in Europa en deels als aanvulling op het hogesnelheidsnet. Vooral in gebieden aan zee, in gebergten en in uitheem die niet door een hogesnelheidstrein te ontsluiten zijn', zei Van Timmeren in het tijdschrift *Delft Integraal*, nr. 94-2.

STRAND EN DUIN

Een kabeljauw kan een meter lang worden. De vis heeft een baardje van één haar en legt wel zeven miljoen eieren, zo- maar in het zeewater. Dat leert ons *De kleine strandgids* van Willem Iven en Annie Meussen. 'Nergens', schrijft Iven, 'is zo veel te zien als op het strand en in de duinen.' Dat bewijst hij vervolgens met tientallen wetenswaardigheden over de zee, strand, duin, wad, eb, vloed, vissen, schelpen, vogels, kwallen, wormen, wieren, zeehonden, vuurtorens, vogels, boeien, planten, schorren, olie- tankers, duinzand, drinkwater. Zo'n boekje kan je doen beseffen dat

op het strand meer te beleven is dan je zou denken. Het is alleen jammer dat Iven heeft gestreefd naar volledigheid, die natuurlijk onbereikbaar is in nog geen tachtig bladzijden. De leuke, onverwachte weetjes moeten daardoor veel plek inruimen voor korte beschrijvingen van allerlei planten en dieren. Dat oesters andere schelpen opentrekken en openen is leuk om te weten, maar wat moet je met een opsomming van schelpen die je op de Nederlandse stranden van z'n leven niet zult vinden? De kleurenplaten van Meussen zijn goed getekend. Vooral de planten en vogels zijn mooi. Alleen de schelpen komen er niet altijd even goed af.

De kleine strandgids, Willem Iven & Annie Meussen, Ploegsma, Amsterdam, ISBN 9021612380, f 25,-/Bf 500.



ESTHER BRULS, KOOS DIJKSTERHUIS, HELENE KLEIJBURG EN MICHEL ROBLES

Kinderen Voorrang:

VOED VOLWASSENE OP

'Volwassenen maken straten met veel parkeerplaatsen en weinig stoepen. Ze rijden zo hard dat kinderen bijna onder hun auto komen. En de speelplaatsen die ze verzinnen zijn soms zo saai. Kortom, volwassenen moeten nodig worden opgevoed.' Dat zegt de stichting Kinderen Voorrang.

De groep wil de schijnwerpers richten op een nijpend probleem: de straat is te gevaarlijk voor kinderen. Er gebeuren tijdens het spelen op straat of het

vervoer van school naar huis te veel ongelukken.

Kinderen kunnen de actiegroep helpen de straat veiliger en de buurt leuker te maken. Daarvoor heeft de stichting het *Verkeersactieboek* voor kinderen gemaakt. In het boek staat bijvoorbeeld beschreven hoe je zelf kunt uitrekenen of een auto te hard gaat. Dat kan met z'n tweeën of drieën. Je meet eerst een stuk van honderd meter af op de stoep. Aan het eind en begin zet je een krijtstreep. Iemand gaat bij het begin staan en steekt z'n hand op als er een auto passeert. Op hetzelfde moment zet een ander een stopwatch aan. Is de auto bij de eindstreep, dan zet je de stopwatch stil. Doet de auto 6 seconden over 100 meter, dan rijdt hij 60 km/uur; sjeest hij in 4 seconden voorbij, dan rijdt hij 90 km/uur. Rijden alle auto's veel harder dan is toegestaan, dan is het tijd dat je een boze brief naar het gemeentebestuur stuurt. Zij moeten er iets aan doen. Misschien plaatsen ze wel verkeersdrempels of doen ze extra snelheidscontroles.

Stichting Kinderen Voorrang, 020 - 6826322.

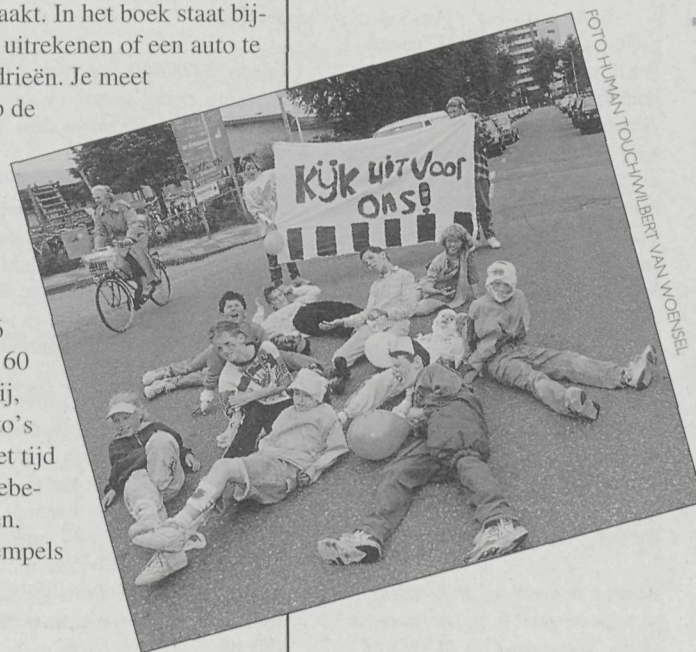


FOTO HUMAN TOUCH/WILBERT VAN WOENSEL

DOKTERENDE DOLFIJNEN

Je zult maar twaalf zijn, een vader hebben die niks van je begrijpt en ook nog met de zorg voor een depri broertje zitten. Melina woont op het Griekse eiland Kreta. De achtjarige broer Yannis is panisch voor de zee. Hij doet geen mond meer open. Alleen Melina mag hem nog aanraken. Yannis heeft zich teruggetrokken, omdat hij zich schuldig voelt aan de dood zijn tweelingbroer Mikis, die verdronk is. Maar dan komen de 'Dauwmannen'. En in de baai duiken dolfijnen op.... Het is bekend dat kinderen die diep in de put zitten, soms opkrabbelen door vriendschap met dieren. Schrijfster Federicia de Cesco dicht haar Flippers soms wel erg bovennatuurlijke gaven toe, maar verder is het een leuk verhaal. Met de geheimen van Kreta in een spannende bijrol.

Melina en de dolfijnen, Federica De Cesco, Facet, Antwerpen/Dronten, 1996. ISBN 9050162037, f 26,50.

Zonnehoed steekt van wal

Per fluisterboot door het Rijk der Duizend Eilanden

Wiebelig glijdt de Zonnehoed van de kade weg. Ik verwacht het tuk-tuk-tuk van een dieselmotor, maar hoor slechts een zacht zoemen. O ja, het is een fluisterboot. Ik veeg een bankje droog van het bronwater waarmee de Zonnehoed zojuist is gedoopt. De Kleine Aarde vaart mee op de eerste educatieve en recreatieve mini-expeditie van Erik van Gameren in Broek op Langedijk.

KOOS DIJKSTERHUIS

De Zonnehoed fluistert in het tempo van een getrainde wandelaar tussen de rietkragen door. Twee flikvlooiende futen aan bakboord plooiën hun gezamenlijke halzen tot een hartvorm. Karekieten overstemmen met hun gekraak het gezoem van de elektromotor. Het is koud, donker en regenachtig, maar de accu, opgeladen door een afdak van zonnepanelen, kan ons nog uren laten fluisteren mocht dat nodig zijn. 'Die zonnepanelen zijn ideaal', verzekert Van Gameren, terwijl hij reikhalzend langs de passagiers zijn koers bepaalt, 'ze zijn schoon en kosten niets qua brandstof, je hoort de vogels en je ruikt het landschap. De accu laadt op als de boot aan de kade ligt en de panelen geven beschutting tegen regen of felle zon.'

Van Gameren vestigde zich een paar jaar geleden in Gelderland, na een tijd in Frankrijk te hebben gewoond. Daar bekwaamde hij zich in de ecologische tuinbouw, iets waarmee hij in Nederland door wilde gaan. In een advertentie vroeg hij om een stukje grond. De advertentie kwam onder ogen van een medewerker van Staatsbosbeheer, eigenaar en beheerder van Oosterdel, het enige landschapsreservaat van Nederland en restant van het Rijk der Duizend Eilanden bij Heerhugowaard. Van Gameren kon een eiland pachten voor

een habbekrats. Hij verhuisde naar Noord-Holland, kocht een schuit en legde een moes- en kruidentuin aan op zijn eiland.

Zuurkool

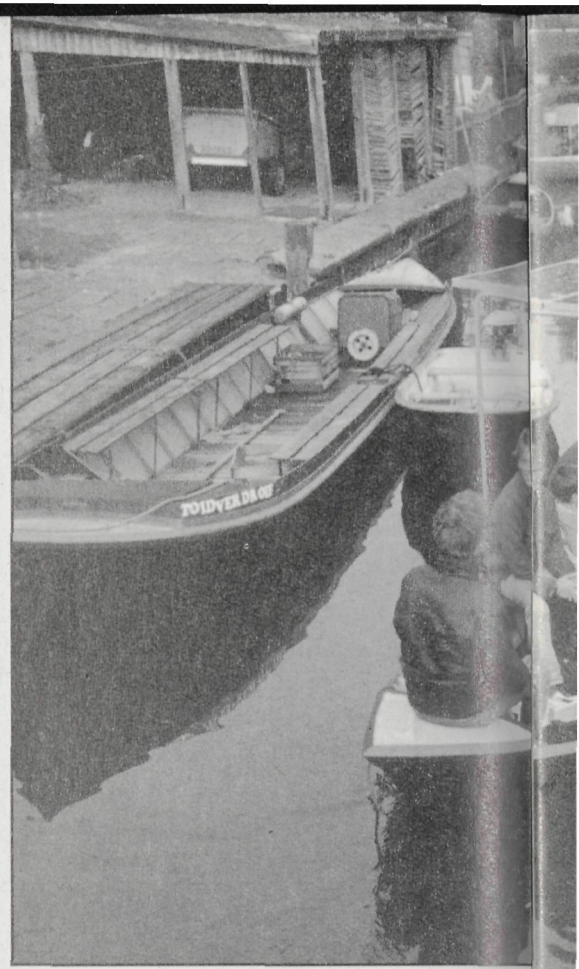
Op de eilanden in het moeras- en waterrijke gebied van West-Friesland verbouwde men door de eeuwen heen aardappels en witte kool. Nog steeds komt driekwart van de Nederlandse zuurkool uit deze streek. Om het inklinken van de leembodem op de eilanden tegen te gaan, gooiden de tuinders er bagger uit het water op. Die bagger was uitstekende compost. Door het gegraveerde diepte men het water uit, terwijl de eilanden steviger en droger werden. Zo ontstond het eilandenrijk, een echt cultuurlandschap dus. De boeren verplaatsten zich per schuit, eerst *kloetend* (bomend), later met dieselmotor.

Rijk werden de tuinders niet van hun aardappels en kolen. Grote delen van het gebied zijn de afgelopen decennia gedempt en herverkaveld. Veel tuinders vertrokken. In hun plaats kwamen forenzen met villa's en rustzoekers met zomerhuizen.

Staatsbosbeheer probeert het resterende eilandengebied in tact te houden. Daarvoor is tuinbouw nodig, bij voorkeur ecologische tuinbouw, om de natuur- en landschapswaarde te bewaren. Vandaar dat Staatsbosbeheer blij was met de komst van

Van Gameren. Inmiddels zijn er verschillende ecologische tuinders actief die groenten, kruiden en bloemen telen.

'Ik wilde andere mensen laten genieten van dit schitterende gebied en kennis laten maken met ecologisch tuinieren', vertelt Van Gameren. Hij bouwde zijn traditionele vlet, bouwjaar rond 1910, om tot een fluisterboot en zette de Zonnehoed op poten. De investering van 25 mille, nodig voor de boot en zonnepanelen, werd bijeengeschraapt dankzij subsidies van Provincie, Novem en Europese Unie en een lening van de bank. Staatsbosbeheer financierde een gemeenschappelijke folder. Afgevaardigden van alle weldoeners zijn aanwezig, als we voet op Van Gamerens educatie-eiland zetten. Een koekoek scheert luid roepend over. Het eiland meet ongeveer een halve bunder. Bezoekers kunnen door de kruidentuin wandelen, de moeras- en bloemengeur opsnuiven of meedoen aan activiteiten. Van Gameren nodigt ons uit om een zonnepit in de grond te stoppen. Het is zaak de exacte lokatie goed te onthouden, want over drie maanden mogen we weer eens mee om onze zonnebloem te oogsten. Tegen die tijd groeit op het eiland een weelde van kruiden, die de bezoeker kan plukken om ter plekke thee van te zetten. De rode zonnehoed ontbreekt uiteraard niet. En zo zijn er



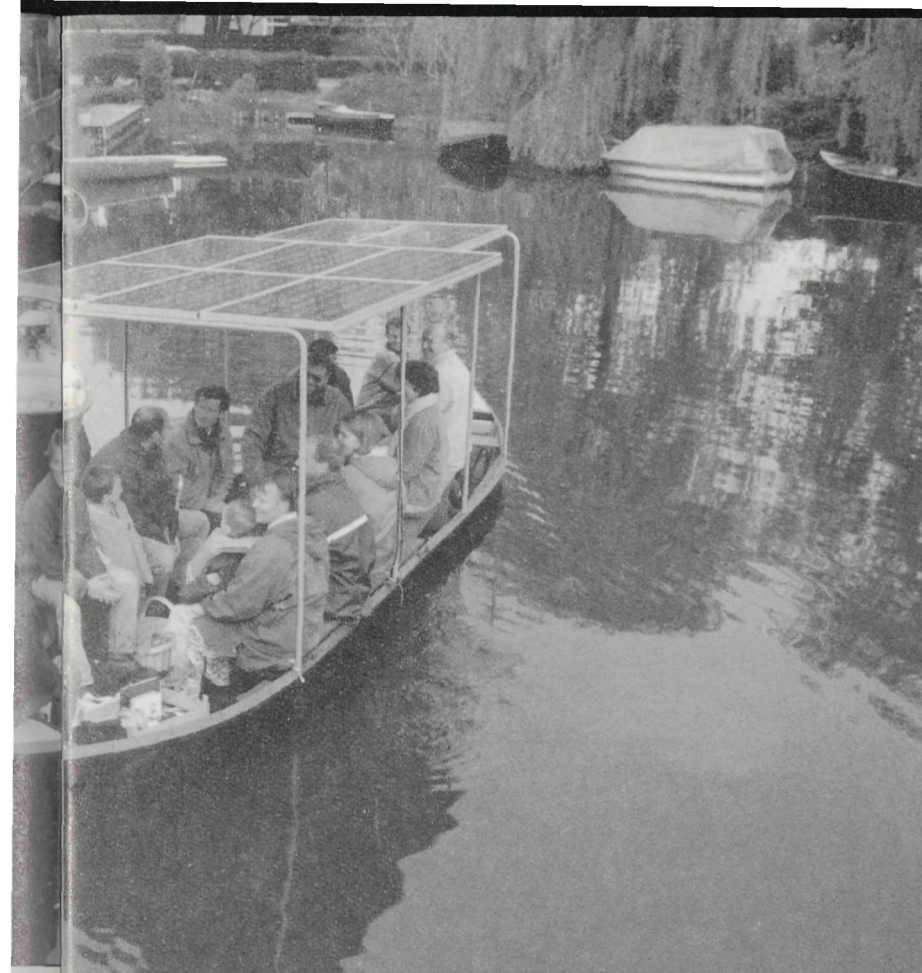


FOTO: MAURICE DE JONG

tal van dingen te doen. Wilgetenen vlechten bijvoorbeeld of wijn maken van paardebloemen. In een grote glazen pot langs het wandelpad staan de paardebloemen al te gisten. Hier en daar op het eiland zijn sculpturen te bewonderen. Zo staat er een kniehoog heiligenbeeld dat sterk doet denken aan de mysterieuze beelden van de Keltische christenen in Ierland. Wie zou de beeldhouwer zijn? Ik buig mij naar het opschrift: 'Van Frans Kalksteen'. Frans Kalksteen blijkt echter niet de kunstenaar, maar het materiaal te zijn. De maker is Hennie Jansen.

Onder een dozijn paraplu's en in de luwte van een scherm van wilgetenen, duikt het gezelschap in enkele picknickmanden, gevuld met cake, thee en heuse champagne. Als ik terugloop naar de vlet klapwinkt plotseling een eend op, een halve meter van mijn voeten. 'O, ze is er gelukkig nog!' zegt Van Gameren blij. In een grazig kuiltje liggen twaalf eieren.

Expedities op woensdagmiddag 14.00-16.00 en zaterdagochtend 10.00-12.00 uur, van mei t/m september. Kosten f12,50 pp., f 7,50 kinderen tot 10 jr. Max. 12 gasten. Groepsexcursies op maat en op andere tijden mogelijk. De Zonnehoed, afvaart achter Dorpsstraat 114/116, Broek op Langedijk.

Bereikbaar met bus 155 (halvuursdienst) vanaf station Alkmaar, halte Broekerveiling. Informatie en reservering: Erik van Gameren, Schoorlaan 13, 1705 EE Heerhugowaard, tel. 072-5722048.



Rode Zonnehoed, *echinacea purpurea*, is een vaste plant, afkomstig uit Noord-Amerika. Indianen gebruik(t)en de Zonnehoed om insekte- en slangebitten te behandelen. De plant wordt in wondhelende zalf verwerkt. Kauwen op Zonnehoed helpt tegen kiespijn en verhoogt de weerstand tegen infecties.

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. '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.

Voelt u zich de zeurpiet, de evangelist, de onbegrepen, de roepende in de woestijn, om wie men smalend gniffelt? Daar zeult u weer met flessen yoghurt achterop de fiets, terwijl de bureu u vanuit hun 3-deurs, volgepakt met boodschappen voor de hele week, meewarig toeknikken. De geërgerde neerbuigendheid van gastheer of gastvrouw, als u hen er voor het etentje aan herinnert, dat u liever geen vlees eet. Durft u kritiek te leveren op kennissen die er per vliegtuig al weer 'even een weekje tussenuit' gaan?

Bent u ook zo'n Groene Gek? Schrijf uw ervaringen op, breng uw gêne 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 verhalen worden geplaatst in het winternummer van De Kleine Aarde, december 1996. Geplaatste verhalen worden beloond met een Groene-Gekkendiner: een ecologisch drie-gangenmenu op een vrijdagavond bij De Kleine Aarde.

19





Regeladvertenties

Tarief: t/m 20 woorden f 40,- /Bf 800. Daarboven f 2,-/Bf 40 per woord. Maximaal 50 woorden. Voor brieven onder nummer f 7,50/Bf 150 extra. Bewijsnummer f 10,-/Bf 200 extra, incl. verzendkosten. Prijzen incl. BTW. Stuur uw tekst op papier of fax, liefst getypt. U krijgt een acceptgiro toegestuurd. De redactie behoudt zich het recht voor advertenties niet te plaatsen. Regeladvertenties voor het herfstnummer moeten uiterlijk 1 augustus binnen zijn!

TE KOOP

Greenpeace verkoopt: WINDGENERATOR, 3200 W bij 14,5 m/s, minimum snelheid: 3,6 m/s. Ashoogte: 12,5 m., rotordiam. 5 m. - 3 bladen. Voorzien van batterijen en omvormer 220 Vac. Prijs: Bfr. 150.000,- excl. verplaatsingskosten. Tel. Greenpeace België, Guido Verbiest 00-32-22011944.

Ambachtelijk gemetselde fornuizen, finovens, saunakachels, warmtemuren en spekteenkachels. Kunstig en zinnig. KLUSSENKUNSTEN Roland Voppel. 0547-351270.

SPEKSTEENKACHELS en zelfbouw-tegelkachels van Piet de Vries voor gezond, schoon en zuinig houtstoken. Tel. 0599-324229 Sellingen (Gr.).

Brede grenen vloerdelen, 16, 19 of 21 cm. breed f 35,- p. m², incl. BTW, kamerdroog, evt. breder en in eiken. BAX TERHEIJDEN. Tel. 076-5932188.

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

In ongerept gebied MIDDEN PORTUGAL, gemeubileerd huis met ong. 5 ha. land. Ideaal voor zelfvoorzieners. Water, elektr. know how aanwezig. Vraagprijs f 80.000,-. Tel. 0181-414876.

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.

Grens Isere/Drome/Natuurpark (Fr.) Aantrekkelijk gerestaureerde GRANGE, 180 m² op 6,5 ha., bebost. Eigen bron, zwembad, cv, telefoon, enz. 1,5 km. van leuk dorpje met winkels, restaurant en postkantoor. Magnifiek, panoramisch uitzicht. Goede verhuurmogelijkheden. f 395.000,- k.k.. Br.o.nr. RA 9703 TK.

Goed werkende HOOISCHUDMACHINE voor paard of tractor. Zeer stevige lichte aluminium fietsaanhanger: t.e.a.b. Tel. 030-6772759.

FIN-OVEN te koop. Grijsgelamde tegels, houtgestookt. Prijs f 2.500,- J. Bekkers. Tel. 0493-317728.

In ZUID-LUXEMBURG, klein vakantiechalet op 1000 m² eigen grond, veel vruchtbomen, vrij uitzicht op Moezel en Duitsland; nabij waterbronnen, vaste prijs. f 49.950,-. Tel. 072-5746809.

Gezocht voor bio-agrarisch bedrijf te PERGOLA (regio Marche) belangstellenden voor overname. Naast groot huis (2000 m²) en kleine woning (350 m²) 10 ha. 1e klas land-en tuinbouwgrond, 7 ha. bos en weiland met grote nieuwe stal (12 x 30 m) en volledige inventaris. Agriturismo, quotum voor 60 schapen. Info. 040-2265048.

WEEFGETOUW te koop, beuken, 8 schachten, laag model, staand en inklapbaar. Weefbreedte 105, hoogte 95, diepte 65, breedte 120. Informatie 0573-402412 of 0573-421235, Bauk Zwaan.

Ambachtelijke TEGELKACHELS zijn een sieraad in uw huis. Bovendien gezond, gebruiksvriendelijk, duurzaam en kostenbesparend. Wegens aanbiedingen van Hongaarse tegelfabrikanten kunnen wij nu tegelkachels maken tegen scherpe prijzen. Fa. De Tegelkachel, Dorpsweg 67, 1631 DH Oudendijk. Tel: 0229-543576 (ook 's avonds).

GEZOCHT

Oudere actieve vrouw zoekt in Gelderland rustige ongem. ZIT- SLAAPKAMER of andere leefruimte met douche en kleine kookgeel. Voldoende privacy en groene omgeving zijn belangrijk. Tel. 0573-441898 na 14.00 uur.

Gezocht 1 zelfstandige MEDEBEWONER, m/v voor een huis -woonerf- in Koedijk, buurt Alkmaar. Mooie rustige omgeving. Antroposofische en onafhankelijk denkenden zijn welkom. Bellen na 20.00 u. Tel. 072-5643465. Stichting steunfonds HONGAARSE ZIGEUNERS

zoekt vrijwilligers voor de landbouwwerkgroep. Minimale vereiste: enige kennis op moestuinniveau en een praktische instelling. Tel: 023-5312128 of 030-2944992.

Gezocht: WOONGROEP met ecologische leefstijl, die plaats heeft (of tzt krijgt) voor Mieke (36). Geboden: o.a. enthousiasme voor kinderen, (moes)tuin, koken. Info. 070-3895103.

TE HUUR/VAKANTIE

Friesland Gaasterland, vegetarisch Pension de KRITE. Arrangementen -vakantie- uit eten. Folder Ike Onderstal, Buorren 26, 8721GR Warns. Tel. 0514-682052.

Knusse stacaravan midden in DRENTSE bos met zeer veel privacy/rust. Fiets en wandelomgeving. Huur v.a. f 200,- p.wk. Inl. tel. 0522-262975.

Milieuvriendelijk pension in OIRSCHOT ontvangt graag logies-ontbijt gasten, die natuurvoeding en fijne sfeer waarderen. Diner mogelijk in overleg. Telefoon: 0499-573063 Franceska.

Te huur in MIERLO, Noord Brabant, 6 pers. vakantiehuise. Vrij gelegen op 0,5 ha. bos vlakbij Strabrechtsche Heide. Ideaal voor wandelaars en fietsers. Tel. 040-2110802.

Te huur aangeboden ATELIER, ruimte ook geschikt voor het geven van cursussen ong. 80 m², landelijke omgeving, in prov. Gelderland. Inl. tel. 033-2572635.

JOIE DE VIVRE!! Enjoy the refreshing ambience to Le Ble En Herbe houstic Farmhouse, Central France. 3 ha. organic gardens, fields, woods, gourmet vegetarian food, workshops, full-pension, camping. Brochure: Maria Sperring, Puissetier, La Cellette, 23350 France. Tel. 00-33-55806283.

Een inspirerende TIJDSRUIMTE. Experimenteel, open, eigentijds 'klooster'. Solages (Zuid-Frankrijk) biedt: eenvoud, ruimte en stilte in een krachtige omgeving. Info en folder: 00-33-65997157 (Simone).

DORDOGNE: te huur unieke privé kampeerplaats met caravan 2/3 pers. Tentje erbij mag ook. f 195,- p. w. Bel Hilde na 21.00 uur. Tel. 00-33-53074548.

AGROTOURISME in Italië, boerenfamilie in Umbrië biedt luxe appartementen aan (geen hoogseizoenstarief). Men teelt biologisch en kookt traditioneel. Info: 0512-525693.

VAKANTIE/WERKRUIMTE platteland Groningen. Boerderij, eenvoudig, rustig, grote werkplaats. Vrij: 23 juni-6 juli. 14 juli-3 aug. Het hele jaar door ook voor groepen. Bel 0595-552777.

Landhuis MAS CADAVALL Catalaanse Pyreneeën (Spanje). Zeer rustig gelegen tussen uitgestrekte natuurbossen en velden. In de directe omgeving zijn wandel-, fiets-, zwemmogelijkheden. Goede sanitaire voorzieningen, zuiver drinkwater uit eigen bron. Gerona op 40 km, Costa Brava op 90 km. Barcelona, bergen met toppen tot 3000 m. Sfeervolle appartementen, ruime kampeerplaatsen. Folder: 040-2414187.

Vlaanderen-Vakantiehoeve WILGENHOF. 20 km. van Knokke (zee) Brugge, Gent - wandelen, fietsen, cultuur. Rustig nabij bos, sfeervol, comfortabel, gastvrij, grote bio-tuin, lekkere maaltijden (vegetarische mogelijk). Folder familie Hendrickx, Pot- en Zuidhoustraat 4, 9990 Maldegem 32-50715366.

In de Achterhoek op 't Rentmeesterke kun je kamperen, een grasdakhut of huisje huren en vegetarisch eten, vraag folder. Tel. 0545-481540.

Engelse merengebied, WINDERMERE, in Nationaal Park, B&B, rustig, c.v., prachtig uitzicht meer en bergen, uitstekend wandelgebied. Ned. eig. 00-44-1539448049.

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

BERGPENSION 'LE CLOU' op 1100 m in het 'Parc Naturel des Volcans d' Auvergne' Frankrijk, voor wandelaars en natuurliefhebbers. Kleinschalig, gezellig adres, heerlijk eten, al 11 jaar een begrip! Folder 00-33-71470145/ 010-5918062.

Mini-camping en appartementen GELDERSE ACHTERHOEK, mooi plekje, fijne fietsomgeving. Als u van rust en ruimte houdt. Silvolde, tel. 0315-329728.

NATURIST CAMPING in Wales, 8 ha. wooded valley, tranquility, abundant wild animals, birds, flowers, restaurant sundays and thursdays (vegetarian also). For brochure 00-44-1239881227. Stobbs, Rhyd-y-Fantwn, Moylegrove, Cardigan, Wales, SA 43 3BL.

Voet van de CEVENNEN (omg. Nîmes) Zuid-Frankrijk. Temidden van natuur en rust, te huur sfeervolle kamers/appartementen in 16e eeuwse huizen. Uniek wandelgebied. Tevens gelegenheid tot nemen van teken/schilderlessen. Info Hilde Schneider, tel. 026-4433937.

(Lees verder op pagina 41)

Ecostad (9)

Pori, Finland, 76.000 inwoners
**WEGWERP-
VERPAKKING TE LIJF**

De gemeente Pori in Finland tracht de afvalstroom in te dammen door in gemeente-kantines, scholen en gezondheidsinstellingen minder wegwerpverpakkingen toe te laten. Voorheen had de stad een jaarlijks verbruik van 325 duizend kartonnen 1-liter verpakkingen voor melk, 345 duizend yoghurtpotjes en een half miljoen kleine boteren margarineverpakkingen. Sinds de gemeente ingreep komt de melk in 25-liter verpakkingen en wordt yoghurt in een tank geleverd. Brood komt onverpakt binnen. Verpakte, kant-en-klare maaltijden zijn vervangen door eigengemaakte. Restanten uit de keuken zijn te koop voor het personeel.

Wat voor voedsel geldt, is ook op andere terreinen doorgevoerd. Schoonmaakartikelen en verf worden in Pori geleverd in hervulbare tanks in plaats van in wegwerpblikken, plastic flessen of emmers.

Utrecht, Nederland, 230.000 inwoners
PROEF MET EEN CENTRALE WASSERETTE

In de Utrechtse wijk Votulast draait een proef met een centrale wasserette. De vraag is of mensen gestimuleerd en bereid gevonden kunnen worden hun was naar een wasserette te brengen in plaats van zelf te wassen. Het doel hiervan is om energie en water uit te sparen. Het initiatief moet een aantal banen opleveren.

Koen Smits verzamelde voor De Kleine Aarde 150 voorbeelden van gemeenten met duurzame initiatieven en plannen.
De redactie deed een greep.



FOTO: HÉLÈNE KLEIJBURG

Leiden, Nederland, 108.000 inwoners
PREMIE VOOR DE KOOP VAN KATOENEN LUIERS

De gemeente Leiden geeft aan gebruikers van katoenen luiers een eenmalige premie van 50 gulden, mits ze een aankoopbon kunnen overleggen. De maatregel is door de gemeente opgezet om aan de groeiende stroom afval een halt toe te roepen.

Fredericia, 47.000 inwoners, Denemarken
KRINGLOOPWINKELS

Fredericia heeft in 1980 een kringloopplaats voor afval opgericht. In de eerste plaats was het project een werkgelegenheidsmaatregel. Nu zijn er twintig vaste werknemers. Veertig medewerkers zitten er via een speciale werkgelegenheidswet. Maandelijks gaat er een vrachtauto langs alle huishoudens in de stad en er wordt ook op bestelling afgehaald. Jaarlijks wordt er 4500 ton afval ingezameld. Tien tot vijftien procent is herbruikbaar en wordt verkocht in de gemeentelijke kringloopwinkel.

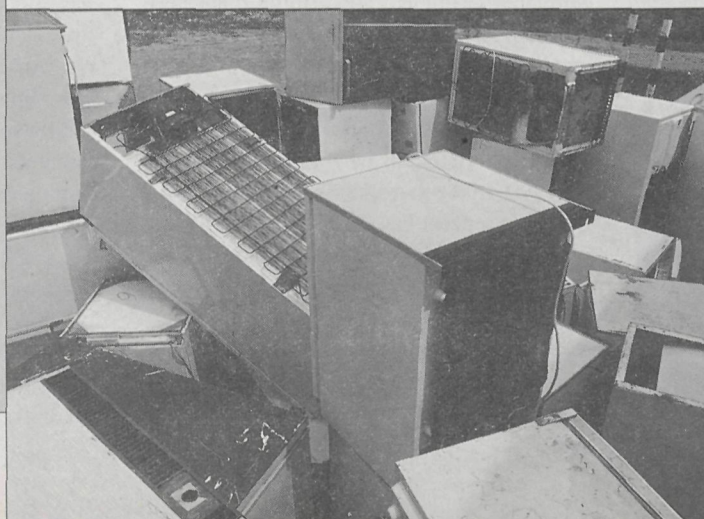


FOTO: TWAN WIJHMANS

Freiburg im Breisgau, Duitsland, 190.000 inwoners

VERBOD OP WEGWERP-SERVIES

Wegwerpartikelen zijn verboden bij stadsfeesten of sportevenementen die zich afspelen op grond van de gemeente Freiburg. In verband met de veiligheid geldt de regel niet voor popconcerten en voetbalwedstrijden. De gemeente verhuurt afwasmachines en servies bij openbare feesten. Openbare bijeenkomsten leveren nu zestig tot tachtig procent minder afval op.

Örebro, Denemarken
**GEZAMELIJKE AUTO-
EN FIETSUITLEEN**

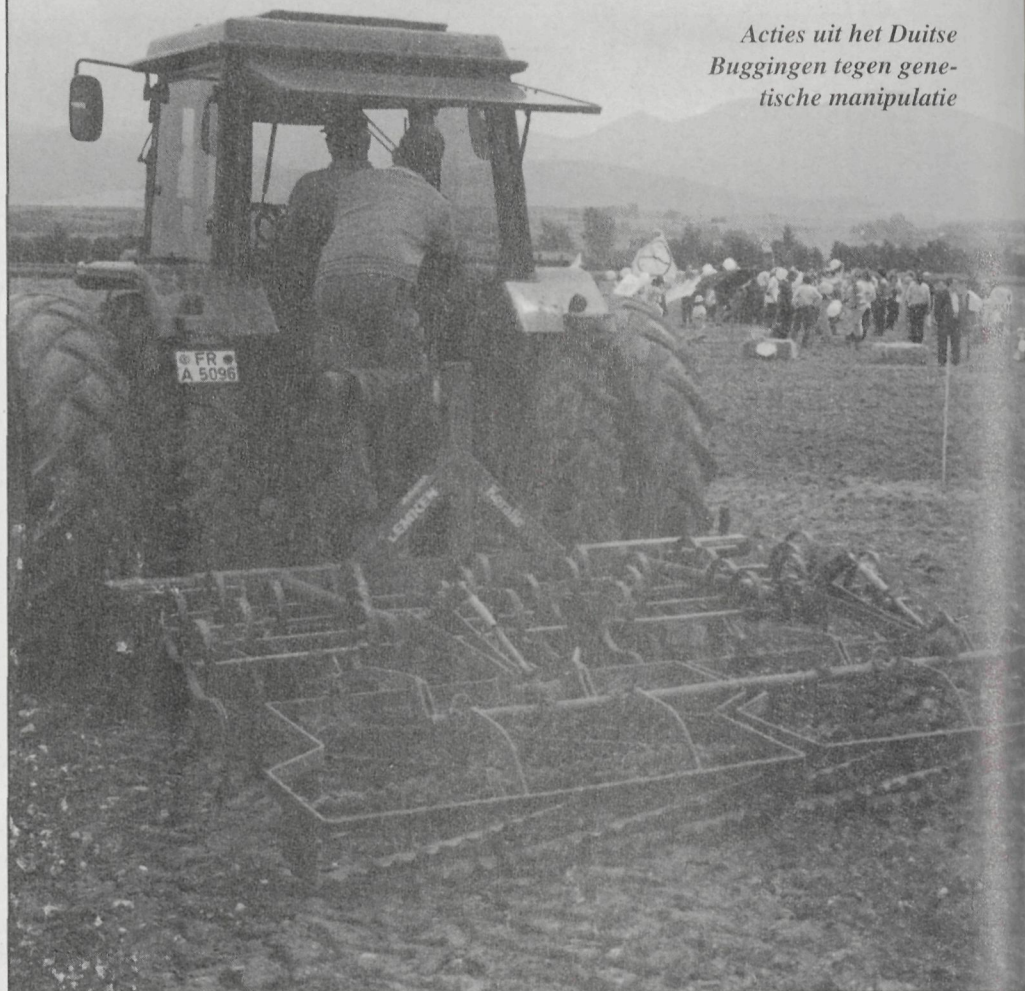
In de voorstad Vivalla van Örebro bevindt zich een auto-coöperatie waar 32 huishoudens 5 auto's bezitten en gebruiken. Het project is meer uit sociale- en economische dan milieu-overwegingen opgezet. Naast een vaste bijdrage wordt een kilometerprijs berekend. Iemand die meer rijdt, betaalt ook meer. Van de deelnemers die eerst een auto bezaten is duidelijk dat zij nu minder autorijden. Örebro heeft tevens een van de grootste fietsuitleenmogelijkheden van Scandinavië.

Helène Kleijburg

*Acties uit het Duitse
Buggingen tegen gene-
tische manipulatie*

Tussen alle kritiek op genetische manipulatie houdt de biologische landbouw zich opvallend stil. Maar wanneer de landbouw nog verder 'techno' gaat, komt juist de biologische boer in het gedrang.

MICHEL ROBLES



Nette betogen overheersen verzet **Biologische boer in gedrang door genmanipulatie**

*Akkerkrakers in Duitsland zijn
vastbesloten hun milieu
biotech-vrij te houden*



Pootgoedfirma Avebe in Veendam is in blijde verwachting. Vorige maand zijn 600 kilo genetisch gemanipuleerde piepers de grond in gegaan. Door een verandering aan hun erfelijk materiaal bevatten ze nog maar één soort zetmeel, wat de vervaardiging van aardappelmeel-producten enorm vereenvoudigt. Dat de oogst vernield wordt door anti-genenmanipulatie activisten als de Razende Rooiers uit 1990, lijkt onwaarschijnlijk. Tegenwoordig beperkt het Nederlandse milieu-wezen zich tot gemopper op papier. In het Beierse Buggingen gaat dat anders. Daar zijn proefvelden bezet door dorpsinwoners en milieugroepen als de *Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland*. Zij willen voorkomen dat het Zeeuwse biotech-

bedrijf Van der Have er gemanipuleerde maïs inzaait. Tachtig procent van de Duitse consumenten wijst levensmiddelen, veranderd door genetische manipulatie, af. Desnoods grijpen de tegenstanders naar drastische actiemiddelen. Buggingen is omgedoopt tot BugginGen en net als vorig jaar zijn de akkerkrakers vastbesloten hun milieu biotech-vrij te houden. Biotechnologen van hun kant laten zich niet uit het veld slaan. Multinationals investeerden miljarden in wat zij eufemistisch 'genetische modificatie' noemen en ook de Europese overheden zien een prachtig exportartikel in deze specialistische kennis. In koor verkondigen zij, dat de moderne biotechnologie een uitweg biedt uit tal van dilemma's in de wereld-

gezondheidszorg en de landbouw.

De 'moderne biotechnologie' omvat een reeks na-oorlogse technieken. Gewas veredelen is de oudste en bekendste techniek. Nieuw is het om van planten, dieren en micro-organismen 'biofabriekjes' te maken voor nuttige produkten of om erfelijke eigenschappen ('genetische vingerafdrukken') van organisch materiaal te bepalen. De erfelijkheidscodes zijn merendeels vastgelegd in de DNA-moleculen in de lichaamskernen. Die DNA-ketens bevatten weer miljoenen afzonderlijke partjes, genen geheten. In het laboratorium kun je nieuwe genen in het DNA monteren en de cel zodoende andere erfelijke eigenschappen meegeven. Nakomelingen kweken met 'betere' kenmerken dan de ouders gebeurt al duizenden jaren door kruising en fokprogramma's. Maar met gentechnieken is DNA voor het eerst trefzeker tussen verschillende plant- of diersoorten uit te wisselen, zij het dat zulk peperduur gesleutel is voorbehouden aan rijke bedrijven.

Woud vol gevaren

Vegetariërs eten al diervriendelijke kaas met stremsel uit gemodificeerd gist in plaats van uit kalvermagen. Tot de medische biotech-paradepaardjes hoort de aanmaak van insuline door veranderde bacteriën, terwijl chemieconcerns als Monsanto en Hoechst dromen van produktieverhoging in de landbouw met zaken als versnelde gewasveredeling. Alleen al in Europa lopen meer dan zesduizend patent-aanvragen.

Sommigen verwachten veel van biotechgewassen met ingebouwde afweer tegen ziekten en plagen. Zo heeft het Leidse MoGen een tomaat die resistent is tegen de gehate fruitschimmel *Fusarium*. Het klinkt ideaal, want de teler hoeft minder gif te spuiten. Anderen werken onder meer aan droogtebestendige granen - een godsge-schenk voor door erosie geplaagde hongerlanden, menen zij.

Toch is er harde kritiek. Kerken, filosofen en dierenbeschermers hekelen de inbreuk op de natuurlijke aard en waardigheid van levende wezens. Boeren en de Noord/Zuid-beweging vrezen monopolisering van de voedselproductie door multinationals. En milieugroepen zien een woud vol gevaren voor de consument, de landbouw en de naburige natuur.

Een greep. Bij Stichting Natuur en Milieu in Utrecht zit Lucas Reijnders allerm minst te juichen over akkers vol plaagdodende tar-

we. 'De risico's zijn op dit moment te weinig onderzocht. De biologische giften die zijn ingebouwd in zulke gewassen dienen nu nog los als selectief bestrijdingsmiddel in de biologische landbouw. Maar groot-scheepse invoering maakt de betreffende plaag-insekten prompt resistent, en dus het bestrijdingsmiddel nutteloos.'

Golf van 'novel foods'

Helemaal 'van tafel' moeten volgens Reijnders gewassen met een ingebouwde afweer tegen breed werkzame onkruidbestrijdingsmiddelen, zoals bij soja het geval is. De bedenkers zijn meestal grote gifproducenten. Door koppelverkoop van gifbestendig zaad en gif hopen zij hun greep op de markt te versterken. Reijnders voorspelt dat het gespuut met allesdoders erdoor zal toenemen. Toch wil de Europese Commissie een hele serie gemodificeerde produkten op de markt toelaten. Al met al komt volgens Reijnders de enige duurzame landbouwworm die we hebben in de knel: de biologische landbouw.

'De risico's zijn te weinig onderzocht'

Vreemd genoeg houdt de biologische sector zelf zich tot nu toe stil in het publieke debat. 'Maar de EU is een richtlijn voor biotechnologie in de biologische landbouw aan het opstellen', vertelt onderzoekster Ir. Edith Lammerts van Bueren van het Louis Bolk-instituut in Driebergen. 'Er gaat een enquête rond over de moderne biotechnologie. Ons standpunt zal daardoor wel uitkristalliseren.'

Vooralsnog geeft de sector moderne biotech-produkten niet het stempel 'biologisch', al was het maar omdat ze niet te rijmen vallen met de filosofie dat landbouw moet passen in de bestaande ecologische omgeving. Produktieverhoging via gemanipuleerde gewassen bewerkstelligt vrijwel zeker precies het omgekeerde: uitgestrekte monocultures op ecologisch steriel land.

Eko-keurmerk vergeten

Niet dat de biologische landbouw aan de moderne biotechnologie zal bezwijken, denkt Lammerts. Zij heeft wel bedenkingen. Allereerst blijven de subsidie-verhoudingen scheef. Terwijl al lang meer steun voor biologische landbouwresearch nodig is, komen naast de gangbare proefstations

nu ook de biotechnologen uit de slinkende subsidieruif mee-eten.

In het veld zelf is de kans levensgroot dat stuifmeel van gemanipuleerde gewassen op de akker van biologische boeren belandt en daar met het gewas kruist. Recente onderzoeken tonen aan dat in Frankrijk en Denemarken gemodificeerd, gifbestendig koolzaad buiten het proefveld met wilde verwanten heeft gekruist. 'Ook een ramp voor gewone boeren, die ineens herbicide-resistent onkruid tegenkomen', merkt Lammerts terzijde op: 'De hallelujah-verhalen gaan dus zelfs voor de gewone landbouw niet op.'

Over zaad gesproken: als de grote zaadveredelaars overgaan op enkele, gentechnologisch verkregen rassen, waar moet de biologische landbouw dan nog zaden halen? Directeur J. Velema van het jonge biologische zaadbedrijf Vitalis in Voorst: 'Gentechnologische veredelaars mikken op rassen die steriel zijn, zodat niemand ermee verder kan telen. Alles is gepatenteerd. De levende ontwikkeling van zaadlijnen gaat verloren.'

Weerspannige consument

Bekende veredelaars zijn optimistischer. Bij Agrico Research in Emmeloord erkent directeur E. Woltjer, dat genetische modificatie verleidelijk is: het bekort de ontwikkelingstijd van nieuwe rassen met jaren. 'Maar lang niet alle eigenschappen zijn genetisch te manipuleren. En voor geschikt materiaal moet je altijd uitgebreid klassiek verdelingswerk doen.'

'Genetische modificatie is voor complexe eigenschappen - opbrengst bijvoorbeeld - niet toepasbaar' relativeert ook Ir. Jurjen Berg bij Rijk Zwaan B.V. in De Lier. ' Bovendien, het is niet gezegd dat de consument je gemodificeerde produkt wil kopen. Ik denk dat het alleen aantrekkelijk wordt voor grote gewassen als tomaat en paprika, waarvan normaal verkregen zaad erg kostbaar is.'

Daar staat tegenover, dat ook de biologische landbouw het van de grote gewassen moet hebben, wil ze ooit volwassen worden. Alles overziend oordeelt Lucas Reijnders hard over veel toepassingen van genetische modificatie. 'Net als met kernenergie kun je je afvragen, moeten we klakkeloos hieraan beginnen?' Reijnders heeft zijn hoop gevestigd op de weerspannige Duitse consument. 'Maar wanneer de markt overspoeld wordt met dit soort produkten, kunnen ook wij niet meer volstaan met nette betogen.'

'Kwik mag niet in het milieu, maar wel in de mond'

24

Biologische tandarts behandelt amalgaam-overbelasting

HELENE KLEIJBURG

Tandarts Harry Bong helpt mensen die denken een kwikamalgaambelasting te hebben. Zelf zal hij een kies nooit met kwik vullen. Hij acht de negatieve invloed van de gifstof op het lichaam te groot.

Nederlandse tandartsen zijn sinds drie jaar verplicht een amalgaam-afscheider in hun praktijk te hebben. Het apparaat vangt amalgaamslijpsel of -brokjes op, die vrijkomen bij het weghalen van oude amalgaamvullingen. Opgevangen amalgaam moet naar het depot voor chemisch afval. 'Kwik mag je niet in het milieu dumpen, maar wel in de mond', zegt biologisch tandarts Harry Bong (59).

In de spreekkamer in de Haarlemse *Villa Louise* bevinden zich de gewone tandarts attributen: een tandartsstoel, tangetjes en boortjes. Een behandeling bij Bong gaat echter verder dan alleen het gebit.

Biologische tandheelkunde schenkt aandacht aan de totale mens. Ze gaat ervan uit dat een behandeling in de mond elders in het lichaam invloed kan hebben.

Bong krijgt veel mensen die denken een kwikamalgaam-belasting te hebben. Hoofdpijn, vermoeidheid, prikkelbaarheid, haaruitval, het kan allemaal te maken hebben met het goedje waarmee 99 procent van de tandartsen gaatjes vult. 'En waarom zouden ze ook niet?' zegt Bong met nauwelijks verholen cynisme. 'Met amalgaam is het makkelijk werken. Het is snel gelegd, droogt vlug en is goed glad te polijsten.' Dat giftig kwik langzaam verdampt door warme dranken en dus met minitieuze

Tip: poets je tong

- Je tong is te vergelijken met een hoogpolig tapijt vol met bacteriën. Poets hem dus tot ver achterin. Je masseert gelijk de inwendige organen, want je tong is daarvan een projectieveld.

- Gebruik drie verschillende tandenborstels; een aparte voor 's ochtends, 's middags en 's avonds. Ze hebben een dag nodig om echt te drogen en hun veerkracht terug te krijgen.

- Gebruik geen fluoride, ook niet in de tandpasta. Fluoride is een agressieve stof; kinderen die fluortabletjes slikken,

kunnen stijve gewrichten, allergieën en andere verschijnselen krijgen, als ze daar gevoelig voor zijn.

- Poets met (homeopathische) tandpasta, maar zonder water. De haren verliezen hun elasticiteit.

- Vraag de tandarts om andere vullingsmaterialen dan amalgaam. Er zijn verschillende soorten composiet en glas-ionomeercementen.

Op de vluchtstrook

met Kees Stip

Aangeblazen

Verbruik moet je niet overdrijven, maar wind zal er altijd wel blijven. Met dit molentje, kind, maak ik licht van de wind. Daar ga ik dit versje bij schrijven.

Gedachtenflits

Een flitstraject kan ik gedogen dat nederwaarts af wordt gebogen. En ik wacht op de dag dat vliegen pas mag als er onder de grond wordt gevlogen.

Zelfverzorgend

Een paard met pensioen zegt: 'Ik vond dat werk voor de ploeg wel gezond, en haver is lekker. Of komt voor jou trekker de olie als oogst uit de grond?'

Drugsbeleid

'Dit land', zeggen sommige lieden, 'ziet groen en dan blauw van de wieden. Vroegtijdig verkinst moet ons volk op z'n minst in koffieshops koffie verbieden.'

Pestbeleid

Ons mestbeleid brengt voor ons lot de kwalijkste kansen aan bod. Straks is onze aarde die alles bewaarde een stoffelijk mestoverschot.

hoeveelheden in het lichaam van de patiënt terecht komt, wordt niet gevaarlijk geacht door de club van reguliere tandartsen, de Nederlandse Maatschappij tot Bevordering van de Tandheelkunde. 'Wetenschappelijk is het verband tussen de klachten en de aanwezigheid van amalgaam nooit gelegd. Dus bestaat het niet', legt Bong uit. 'Een

Een behandeling in de mond kan elders in het lichaam invloed hebben

patiënt met hoofdpijn wordt doorverwezen naar een neuroloog, als de reden van de klachten niet duidelijk is. Dat is niet alleen vervelend voor de patiënt in kwestie, het brengt ook onnodige kosten in de gezondheidszorg met zich mee.'

Huidweerstand

Met een twee- en drievlaksbehandeling nog geen twee maanden geleden achter de kiezen, wordt het tijd om de proef op de som te nemen. In mijn linkerhand zit een koperen buisje dat met een snoertje is aangesloten op meetapparatuur. Een paneel met wijzers moet gaan zeggen of mijn organen en andere functies in mijn lichaam goed functioneren, of dat er sprake is van een storing, eventueel door te veel kwikvullingen.

Bong meet via de elektro-acupunctuurmethode volgens Voll, een methode gebaseerd op de principes van de klassieke acupunctuur. Het apparaat meet huidweerstand. Iedere plek op de rechterhand weerspiegelt een orgaan of functie in het lichaam. Dunne darm, het onbewuste ze-

nuwstelsel, het stresspunt, de wijzers slaan ver uit. Sommige lopen na een tijdje terug. 'Wanneer de wijzer terugzakt, geeft het doorgemeten orgaan geen adequaat respons op de toegediende prikkel. Het orgaan is door een bepaalde belasting dan niet in staat een prikkel terug te geven', legt Bong uit. Om te kijken of er sprake is van een amalgaam-overbelasting, neemt Bong een verdund homeopathisch preparaat met amalgaam in de meetkring op. Helaas ben ik onfortuinlijk, want geen van de wijzers geeft een normale waarde aan. Klopt dat wel? 'Al mijn bevindingen zijn controleerbaar en reproduceerbaar', verdedigt Bong zich. 'Een tweede meting zal hetzelfde uitpakken als de eerste. Natuurlijk weten mensen die hier komen niet zeker of er sprake is van amalgaam-overbelasting. We meten de sterkste belasting op het lichaam. Als blijkt dat iemand vlakbij een vuilverbrandingsinstallatie woont, nemen we dioxine of PCB op in de meetkring.' Het plaatsen van amalgaamvullingen bij zwangere vrouwen en kinderen beschouwen biologische tandartsen als absoluut onverantwoord. 'Ik heb hier baby'tjes van twee, drie weken gehad met krokodillehuidjes. De moeder kreeg tijdens de zwangerschap amalgaamvullingen. Die kinderen waren zwaar belast met kwik, wat de placenta passeert', aldus Bong. Als ik vertrek raadt hij me op de valreep een biologische tandarts in mijn woonplaats aan.

Ik voel me bijna rijp voor een tandartsbehandeling; deze keer om alle kwikvullingen uit mijn mond te laten slopen.

Nederlandse Vereniging van Biologische Tandartsen, tel/fax 0346-263140.



Protest in Bangladesh tegen het beleid van de Wereldbank

Earth ALARM: pen wapen tegen milieuvervuiling

DONALD VAN DEN AKKER EN IRENE BLOEMINK

'De pen als wapen tegen milieuvervuiling'. Onder dat motto startte Vereniging Milieudefensie ruim drie jaar geleden het schrijfproject Earth ALARM. Inmiddels schrijven maandelijks tweeduizend mensen brieven naar bedrijven en regeringen die het milieu aan hun laars lappen. Dit op verzoek van buitenlandse milieu-organisaties. Een overzicht van een onverwacht succesvol project.

'Natuurlijk weten we dat er van alles mis is. Als een rivier eerst grijs en dan weer oranje wordt, is er echt iets aan de hand. En dat het door de fabriek komt, is ook duidelijk. Het is namelijk de enige fabriek in de hele omgeving. We willen dus dat de waarheid wordt erkend en de schade wordt hersteld.' De milieuvrijheids-activist uit Irian Jaya is even in Nederland, op bezoek bij Earth ALARM. Earth ALARM honoreerde zijn verzoek om ondersteuning. Het mijnbouwbedrijf dat voor de vervuiling van de rivier verantwoordelijk is, kreeg honderden ALARM-brieven op de mat.

Earth ALARM ontving in 1995 maar liefst 180 van zulke noodkreten, uit alle delen van de wereld. Vaak hebben zij betrekking op grote (ontwikkelings)projecten die door internationale banken of de Nederlandse regering dreigen te worden gefinancierd. Zo zijn er ALARMS uitgebracht over een omstreden Arun III-stuwdam in Nepal. Met succes, want de lening werd mede dankzij Earth ALARM afgeblazen.

Saro Wiwa

Soms zijn ook de mensenrechten van milieu-activisten in het geding. Zo klommen Earth ALARM-schrijvers in de pen voor vrijlating van de Nigeriaanse milieustrijder Ken Saro-Wiwa. Helaas tevergeefs. De man die het waagde olie-magnaat Shell op zijn verantwoordelijkheid te wijzen, moest zijn strijd met de dood bekopen. Maar Shell en de Nigeriaanse regering worden nu wel in de gaten gehouden. Een zeer recent ALARM pleit voor vrijlating van de Rus Alexander Nikitin, die onderzoek doet naar de gevolgen van nucleaire dumping (ondermeer lekken de atoomonderzeeërs) door de Russische marine. Hij werd wegens 'verraad' gearresteerd door de geheime dienst. Veel regeringen en bedrijven

zijn gevoelig voor de internationale druk die van Earth ALARM uitgaat. Earth ALARM schrijvers halen in het buitenland geregeld de voorpagina's en zijn regelmatig het onderwerp van gesprek op ministeries en in het parlement. Een op de drie ALARMS heeft 'enige invloed', zo blijkt. Veel meer dan aanvankelijk werd aangenomen. Earth ALARM is overigens voorzichtig resultaten alleen toe te schrijven aan de brieven. Volledig meetbaar zijn de effecten niet. Daarvoor moet je in de schoenen van de besluitvormers staan. Toch zijn er aanwijzingen. Zoals bij het ALARM uit Slowakije. De Nederlandse regering twijfelde of zij moest instemmen met een lening van de Oost-Europabank voor de voltooiing van de kerncentrale bij Mochovce. Na de schrijfactie heette de kerncentrale 'niet te financieren in zijn huidige vorm'. In zijn antwoord schreef minister van Financiën Zalm letterlijk dat de Earth ALARM-brieven bij dit besluit een rol hadden gespeeld.

De schrijvers zijn medewerkers van Vereniging Milieudefensie.

Zin om mee te schrijven?
Stuur het kaartje in dit blad dan snel op. Want hoe meer brieven, hoe meer effect!

**STIL
ZWIJGEN
OF SCHOO
SCHRIJVEN**

Overal ter wereld komen mensen op voor het milieu. Alléén staan zij machteloos tegenover de milieuvervuilers.

Ondersteun hun strijd!

Doe mee met Earth ALARM, het schrijfproject van Vereniging Milieudefensie, dat initiatieven ter verbetering van het milieu in het buitenland ondersteunt. Met effect; internationale druk wordt in veel landen zeer serieus genomen.

Schrijf of bel nu!

Met Milieuvriendelijke groet



Vereniging Milieudefensie
t.a.v. Earth ALARM
Postbus 19199
1000 GD Amsterdam
☎ 020 - 6202696

Naam

M/V

Adres

PC/Plaats

Stuur deze advertentie in een gefrankeerde envelop naar Milieudefensie/Earth ALARM

**STIL
ZWIJGEN
OF SCHOON
SCHRIJVEN**

Overal ter wereld komen
mensen op voor het milieu.
Alléén staan zij machteloos...



Honderden brieven belandden op het bureau van
Jeltsin. Het bos in Siberië staat er nu nog!
Schrijf mee met Earth ALARM!



Aarde

Redactie:
Koos
Dijksterhuis,
Helène Kleijburg,
Laurens
Lammers.

x 0411- 683407. E-mail: dekleineaarde@pz.nl

gericht terrein

'ijk'

**IN DIT
NUMMER**

**De Kleine Aarde
op Internet**

**Een blik op het nieuwe
terrein**

Activiteitenprogramma

**Permacultuur: voorpubli-
catie Tuinen in Overvloed**

FOTO: LAURENS LAMMERS



Haar milieubeleid doorstaat de toets der kritiek van de milieubeweging niet. Thuis lijkt milieuminister De Boer aardig te scoren op de duurzaamheidsladder. Margreth de Boer verrichtte de openingshandeling voor het nieuw ingerichte terrein van De Kleine Aarde en sprak met twee redacteuren.

Wanneer minister De Boer van Volkshuisvesting, Ruimtelijke Ordening en Milieu (VROM) voor het eerst van De Kleine Aarde hoorde? 'Dat moet rond 1970 zijn geweest, toen de kinderen nog klein waren.' Nu, 25 jaar

later, prijst De Boer de volhardendheid van De Kleine Aarde. 'De Kleine Aarde is meegegaan met zijn tijd, maar is niet afgeweken van het oorspronkelijke idee: een duurzame wereld.'

De Boer bezweert dat De Kleine Aarde zich de komende tijd geen zorgen hoeft te maken over geld vanuit VROM. Het experiment met het helofytenfilter, waarbij afvalwater door rietplanten wordt gezuiverd, steunt ze. Ze heeft de Tweede Kamer toegezegd in gesprek te gaan met de provinciale besturen. Want wellicht is het helofytenfilter een goed alternatief

(Lees verder op pagina 28)

Open Dag op 16 juni

Op zondag 16 juni houdt De Kleine Aarde weer open huis. Wie op de berg achter de bijenstal wil staan om De Kleine Aarde in een notedop te zien, alles over het helofytenfilter wil weten of gewoon een van de vele kraampjes af wil gaan, moet deze dag niet vergeten! Tijdens deze dag zal verder bekend worden gemaakt wie de Groene Pluim heeft gewonnen met een origineel idee voor waterbesparing. U kunt ook de première van het diaklankbeeld Bouwen en Wonen bijwonen. De Kleine Aarde verzorgt uiteraard de hapjes en de drankjes.

Grote Open Dag,
zondag 16 juni van 10 tot 16 uur.

ACTIE



Postzegel
plakken

Vereniging Milieudefensie
T.a.v. Earth ALARM
Postbus 19199
1000 GD AMSTERDAM

Earth pen wapen tege

DONALD VAN DEN

'De pen als wapen tegen milieuvervuiling'. Onder dat motto startte Vereniging Milieudefensie ruim drie jaar geleden het schrijffproject Earth ALARM. Inmiddels schrijven maandelijks tweeduizend mensen brieven naar bedrijven en regeringen die het milieu aan hun laars lappen. Dit op verzoek van buitenlandse milieu-organisaties. Een overzicht van een onverwacht succesvol project.

'Natuurlijk weten we dat er van alles mis is. Als een rivier eerst grijs en dan weer oranje wordt, is er echt iets aan de hand. En dat het door de fabriek komt, is ook duidelijk. Het is namelijk de enige fabriek in de hele omgeving. We willen dus dat de waarheid wordt erkend en de schade wordt hersteld.' De milieua-activist uit Irian Jaya is even in Nederland, op bezoek bij Earth ALARM. Earth ALARM honoreerde zijn verzoek om ondersteuning. Het mijnbouwbedrijf dat voor de vervuiling van de rivier verantwoordelijk is, kreeg honderden ALARM-brieven op de mat.

**STIL
ZWIJGEN
OF
SCHOON
SCHRIJVEN**

Overal ter wereld komen mensen op voor het milieu. Alleen staan zij machteloos tegenover de milieuvuilers.

Ondersteun hun strijd!

Doe mee met Earth ALARM, het schrijffproject van Vereniging Milieudefensie, dat initiatieven ter verbetering van het milieu in het buitenland ondersteunt. Met effect: internationale druk wordt in veel landen zeer serieus genomen.

Schrijf of bel nu!

Met Milieuvriendelijke gret

Vereniging Milieudefensie
t.a.v. Earth ALARM
Postbus 19199
1000 GD Amsterdam
☎ 020 - 6202696



Naam _____

Adres _____

PC/Plaats _____

M/V _____

Stuur deze advertentie in een gefrankeerde envelop naar Milieudefensie/Earth ALARM

Brieven schrijven voor het milieu

Earth ALARM is het schrijffproject van Vereniging Milieudefensie dat initiatieven ter verbetering van het milieu in het buitenland ondersteunt. Earth ALARM komt in actie op verzoek van lokale organisaties en vraagt altijd om een milieuvriendelijk alternatief. U klimt bijvoorbeeld in de pen voor behoud van de oerbossen in Siberië, voor behoud van een Noors vogelreservaat, of voor sluiting van onveilige kerncentrales.

Schrijf mee met Earth ALARM!

- ☐ Ja, ik word briefschrijver voor f 15,- per half jaar en ontvang 10x per jaar een ALARM met voorbeeldbrief en het ALARM-NIEUWS.
- ☐ Ja, ik wil meer informatie over Earth ALARM ontvangen.

Naam _____ m/v

Adres _____

Postcode _____

Woonplaats _____

Met Milieuvriendelijke gret



© Foto Greenpeace. Earth ALARM Damrak 26, 1012 LJ Amsterdam 020 6202696

Vereniging Milieudefensie
Earth ALARM afgeblazen.

Saro Wiwa

Soms zijn ook de mensenrechten van milieu-activisten in het geding. Zo klommen Earth ALARM-schrijvers in de pen voor vrijlating van de Nigeriaanse milieustrijder Ken Saro-Wiwa. Helaas tevergeefs. De man die het waagde olie-magnaat Shell op zijn verantwoordelijkheid te wijzen, moest zijn strijd met de dood bekopen. Maar Shell en de Nigeriaanse regering worden nu wel in de gaten gehouden. Een zeer recent ALARM pleit voor vrijlating van de Rus Alexander Nikitin, die onderzoek doet naar de gevolgen van nucleaire dumpingen (ondermeer lekken de atoomonderzeeërs) door de Russische marine. Hij werd wegens 'verraad' gearresteerd door de geheime dienst. Veel regeringen en bedrijven

De schrijvers zijn medewerkers van Vereniging Milieudefensie.

Zin om mee te schrijven?
Stuur het kaartje in dit blad dan snel op. Want hoe meer brieven, hoe meer effect!



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

Milieuminister De Boer opent nieuw ingericht terrein **De Kleine Aarde** **'buitengewoon belangrijk'**



FOTO: LAURENS LAMMERS

Haar milieubeleid doorstaat de toets der kritiek van de milieubeweging niet. Thuis lijkt milieuminister De Boer aardig te scoren op de duurzaamheidsladder. Margreeth de Boer verrichtte de openingshandeling voor het nieuw ingerichte terrein van De Kleine Aarde en sprak met twee redacteuren.

Wanneer minister De Boer van Volkshuisvesting, Ruimtelijke Ordening en Milieu (VROM) voor het eerst van De Kleine Aarde hoorde? 'Dat moet rond 1970 zijn geweest, toen de kinderen nog klein waren.' Nu, 25 jaar

later, prijst De Boer de volhardendheid van De Kleine Aarde. 'De Kleine Aarde is meegegaan met zijn tijd, maar is niet afgeweken van het oorspronkelijke idee: een duurzame wereld.'

De Boer bezweert dat De Kleine Aarde zich de komende tijd geen zorgen hoeft te maken over geld vanuit VROM. Het experiment met het helofytenfilter, waarbij afvalwater door rietplanten wordt gezuiverd, steunt ze. Ze heeft de Tweede Kamer toegezegd in gesprek te gaan met de provinciale besturen. Want wellicht is het helofytenfilter een goed alternatief

(Lees verder op pagina 28)

IN DIT NUMMER

**De Kleine Aarde
op Internet**

**Een blik op het nieuwe
terrein**

Activiteitenprogramma

**Permacultuur: voorpubli-
catie Tuinen in Overvloed**

Open Dag op 16 juni

Op zondag 16 juni houdt De Kleine Aarde weer open huis. Wie op de berg achter de bijenstal wil staan om De Kleine Aarde in een notedop te zien, alles over het helofytenfilter wil weten of gewoon een van de vele kraampjes af wil gaan, moet deze dag niet vergeten! Tijdens deze dag zal verder bekend worden gemaakt wie de Groene Pluim heeft gewonnen met een origineel idee voor waterbesparing. U kunt ook de première van het diaklankbeeld Bouwen en Wonen bijwonen. De Kleine Aarde verzorgt uiteraard de hapjes en de drankjes.

**Grote Open Dag,
zondag 16 juni van 10 tot 16 uur.**



Vervolg minister de Boer

voor de huidige waterzuivering. 'We zouden wel heel dom zijn als we daar geen gebruik van zouden maken', aldus De Boer. De Boer noemt consumenten-voorlichting over een duurzame leefstijl 'buitengewoon belangrijk.' Ik ben ervan overtuigd dat mensen die nog nooit bezig zijn geweest met natuurvoeding enthousiast raken als ze zien wat hier op tafel staat.'

Wij vragen mensen milieuvriendelijk te leven, maar het overheidsbeleid is daar niet op gericht. Neem bijvoorbeeld de aanleg van nieuwe wegen voor auto's.

'Je kunt de auto nu eenmaal niet één-twee-drie uit de maatschappij verdrijven. We moeten zorgen dat autorijden schoner en duurder wordt. Ik heb net een rapport naar de Tweede Kamer gestuurd, waarin een reeks van maatregelen staat, waarover we willen discussiëren met de Kamer. Stimuleren dat er toch meer gecarpoold wordt. Kijken of we het openbaar vervoerabonnement van de belasting af kunnen trekken.'

Wij zien het autoverkeer alleen maar groeien en het openbaar vervoer verslechteren. En De Kleine Aarde maar hameren op gedragsverandering.

'Dat is een kip en ei-redenering. Als je ziet hoe veel bussen er langs mijn huis rijden met één of twee mensen erin... Er wordt ook door mensen die een kwaliteitsverbinding hebben, weinig gebruik gemaakt van het open-

baar vervoer. Dat is een groot probleem. Dit soort problemen moet je op diverse manieren aanpakken: technologische vernieuwing, gedragsverandering en aanbodverbetering. Alleen maar hameren op gedragsverandering, daar heb je gelijk in, dat geeft hooguit een schuldgevoel.

Houdt u bij de beslissing over de Hoge Snelheidslijn uw poot stijf? Geen trein door het Groene Hart?

'U weet wel van mij dat ik vind dat we tot een besluit moeten komen dat het Groene Hart spaart.' (Inmiddels is besloten tot een Hoge Snelheidslijn die het Groene Hart doormidden splijt.)

Steekt u zelf iets op van De Kleine Aarde?

'Het klinkt natuurlijk zo arrogant om nee te zeggen. Maar goed. Nee dus, ik ken de meeste adviezen al. Ik ben heel geïnteresseerd in biologisch tuinieren, dat doe ik thuis ook.

Is de rest van uw leven als duurzaam te omschrijven?

Dat is een gewetensvraag. Ik heb jarenlang geen auto gehad, omdat ik het niet verantwoord vond. Op den duur kon ik niet meer functioneren zonder auto. Ik probeer zoveel mogelijk te fietsen. Ik ben vaste klant bij de natuurvoedingswinkel en de luxe van een eigen moestuin is natuurlijk geweldig. Thuis eten we vrijwel vegetarisch. Men gebruikt ontzettend veel grond voor de productie van vlees, terwijl het niet echt noodzakelijk is. Ik zeg niet dat je af moet zien van vlees, maar ik vind wel dat het minder kan.

Is het niet vreselijk om als milieuminister altijd tussen twee vuren te zitten?

'Je doet het niet goed bij de milieubeweging en voor de economische sector ben je hinderlijk. Dat weet je.'

INTERNET (1) De Kleine Aarde presenteert zich sinds kort op Internet met een eigen home-page. Momenteel telt De Kleine Aarde af tot aan het jubileum. Er verschijnt om de twee weken een deel uit de biografie van de De Kleine Aarde. Een kwart eeuw geschiedenis passeert de revue. Op 21 maart 1997, de dag van het jubileum, zal de biografie af komen. De Kleine Aarde wil via het Net ook gaan communiceren met haar achterban. Zo kunt u uw mening geven over de herintroductie van de Zeppelin in Nederland. Over dit onderwerp zal De Kleine Aarde in september een publiek debat houden.

Home-page: <http://www.pz.nl/dekleineaarde>.

E-mail: dekleineaarde@pz.nl.

INTERNET (2) - Internet biedt in de praktijk veel 'milieuingangen'. Verschillende milieu-organisaties hebben inmiddels een eigen elektronische winkel in de vorm van een home-page met informatie, tips en illustraties. Voor De Kleine Aarde is de uitvoering van de home-page in handen van de Stichting Publieke Zaken, een Amsterdams collectief van jonge journalisten, vormgevers en computeraars. De stichting is mede opgericht om kleine ideële organisaties en bedrijven te helpen om zich tegen minimale kosten op Internet te presenteren. Ook donateurs van De Kleine Aarde die een aansluiting op Internet willen, inclusief elektronische postbus en de mogelijkheid een eigen home-page te runnen, kunnen voor weinig geld bij de stichting terecht. Het zou mooi zijn als De Kleine Aarde met haar achterban ooit nog eens een platform op Internet gaan vormen. Wie interesse heeft kan contact opnemen met de redactie van De Kleine Aarde.

Doordenkdebat luchtschepen

De Kleine Aarde organiseert op 28 september in Utrecht een debat over luchtschepen. Luchtschepen staan volop in de belangstelling. De firma Zeppelin in het Duitse Friedrichshafen zal volgend jaar de eerste vluchten uitvoeren. In Engeland wordt aan de ontwikkeling van nieuwe, moderne luchtschepen gewerkt. Een Nederlandse studie moet uitwijzen wat het belang is van luchtschepen voor het toekomstig luchtverkeer.

Tijdens het doordenkdebat komen allerlei vragen aan de orde. Wat betekent de komst van het luchtschip voor Schiphol? Zijn er overstapmogelijkheden met het treinverkeer? Hoe milieuvriendelijk is het luchtschip? Kan het vervoermiddel in de nabije toekomst gebruik maken van zonne-energie?

Aan het debat zullen luchtvaartdeskundigen, beleidsmakers, milieukundigen en politici deelnemen. Een van de deelnemers is Arjan van Timmeren, verbonden aan de Universiteit van Delft, die een ontwerp maakte van een landingstoren voor luchtschepen.

Doordenkdebat luchtschepen, zaterdag 28 september van 13.30 tot 16.00 uur, De Kargadoor, Oudegracht 36, Utrecht. Aanmelden bij De Kleine Aarde, Postbus 151, 5280 AD Boxtel. Tel. 0411-684921, fax 0411-683407, o.v.v. 'debat luchtschepen'. De kosten voor deelname bedragen f 30,-.

Over roomse kervel en andere terreinzaken

Marcel D'Hont, tuinmedewerker van De Kleine Aarde, gaf tijdens de Tuinmarkt zijn eerste serieuze rondleiding. Een redacteur van De Kleine Aarde liep nog een keer met hem mee en noteerde de veranderingen op het terrein. Maar vooral wat nog gaat veranderen.

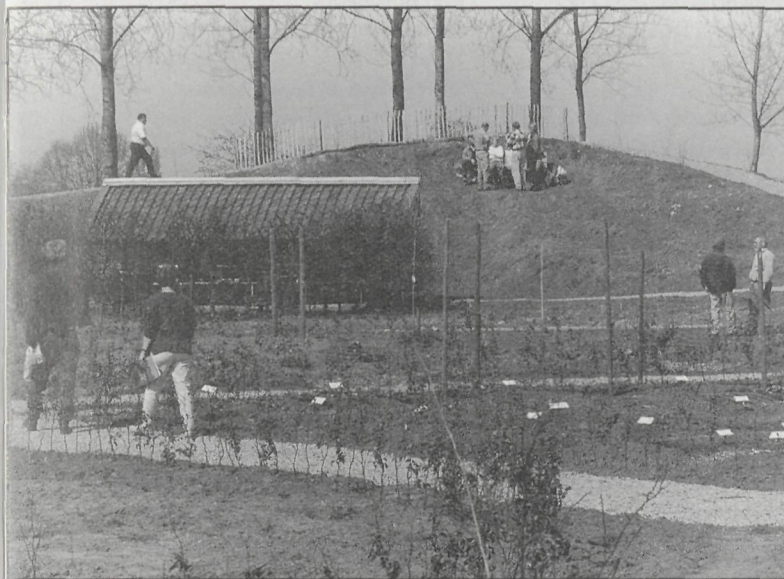


FOTO: DE KLEINE AARDE

De bijenstal en de pas aangelegde heuvel.

Met vragen over het terrein heeft Marcel weinig problemen, ook niet die middag in april. Of het moest die ene mevrouw zijn, die dacht dat er ergens roomse kervel stond. Was dat niet giftig? 'Ik weet eigenlijk niet meer of die mevrouw dat kruid wel noemde,' zegt Marcel. 'Maar ik heb het toch maar even aan Marianka gevraagd. Marianka Wanninkhof, chef-kokkin van De Kleine Aarde, moest het antwoord echter schuldig blijven. Daar moest toch minimaal het Grote Dikke Vreemde Kruiden Boek voor worden geraadpleegd. En gelukkig. Roomse kervel is een honderd procent betrouwbaar kruid. Marcel start de rondleiding waar hij altijd start: in de grote kas. Daar is de grond beter benut door op hetzelfde stuk een overlapping van andijvie en snijbonen te maken. Verderop staan peterselie, sla en Chinese kool klaar om binnen acht uur te worden geoogst. Ondanks de tijd van het jaar wordt er nog steeds 's nachts gestookt in de kas. Tot

zes, zeven graden, voornamelijk om ziekten tegen te gaan. Marcel overziet intussen tevreden de gewassen. 'De oogst is dit jaar formidabel,' zegt hij, 'ik denk dat we er wel drie of vier oogsten uit halen.'

'Levende' compostbak

Het nieuwe kleischelpenpad voert ons naar de kruidentuin. Er staan thee-, keuken en medicinale kruiden en wat speciale geurkruiden voor onze nectarbijen. Bij elkaar staan er ongeveer 120 kweekkruiden op een paar vierkante meter tuin. De aanduidingen ontbreken nog, evenals de haag om het tuintje. Marcel: 'Het wordt wel mooier als er rondom de tuin kleinfruit staat met frambozen, kruis- en bosbessen en japanse wijnbessen. Daaromheen komt hoogstamfruit met appels en peren. Dat worden bomen van tien meter hoog. Je kunt je dus wel voorstellen hoe deze plek straks langzaam verdwijnt in het groen.'

In het verlaten landschap van

heuvels en rulle aarde in de noordoosthoek van het terrein zijn meer zaken gepland. Het landbouwhuis staat er nog niet en van de 'educatieve' composthoek met takken, wortelonkruiden en gft-afval ligt alleen de vloer klaar. 'De bedoeling is dat hier een levende compostbak komt. Bezoekers kunnen door een glazen ruit insecten en bodemdieren aan het werk zien.' Ook de natuurlijke siertuin, waarvoor tuinarchitect Willem Iven een schitterend plan bedacht met stapelmuurtjes, waterputten en schuilplaatsen voor dieren, is nu nog een vlakke laag aarde.

Spaarbekken

Even later lopen we naar de heuvel, waarover een klein schelpenpadje voert. 'Op die berg heb je een fantastisch uitzicht, zul je zien,' zegt Marcel. 'Van bovenaf zie je De Kleine Aarde in een notedop.'

Verderop stuiten we automatisch op het helofytenfilter, pas geopend door minister De Boer. In het filter komt het water uit de nieuwbouw terecht, dat eerst bezinkt en vervolgens via de onderste grondlagen naar de vijver toestroomt. Dat water moet na filtering drinkwaterkwaliteit hebben, wat wekelijks wordt gecontroleerd door de Heidemij. Dat water komt dus schoon in het milieu terecht. Marcel vindt dat het water eigenlijk weer terug de nieuwbouw in zou moeten worden gepompt. 'Dan heb je een kringloop.'

Een rondleiding van Marcel kan niet beter eindigen dan in de produktietuin. Twee vrijwilligers in de tuin, Okkel en Rein, komen opgewonden melden dat de buurman weer lekker bezig is met spuiten. Ze houden het maar even voor gezien. 'Ach', zegt Marcel 'over een paar jaar is die kerel gelukkig verdwenen.'

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 Welkomstpakket 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 _____

Plaats _____

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

Zomerrondleidingen

Bezoekers zijn het hele jaar welkom op De Kleine Aarde. Individuele bezoekers kunnen een kijkje nemen op het terrein van De Kleine Aarde. Zij krijgen desgevraagd de sleutel van het Piramidehuis mee om dit van binnen te zien. Nog interessanter is een bezoek als u zich vantevoren aanmeldt voor een rondleiding in juli of augustus. Een medewerker van De Kleine Aarde leidt u dan rond over het terrein. Aan hem of haar kunt u al uw vragen stellen.

De rondleidingen zijn in juli en augustus, elke woensdag, vrijdag en zondag, en starten even na het middaguur. U maakt een wandeling in de tuin, bekijkt de Bolwoning (één van Neerlands oudste voorbeelden van eco-architectuur!) en het Piramidehuis en kunt ook uitgebreid kennismaken met de laatste aanwinst van De Kleine Aarde: het prachtige Bezoekerscentrum. Hier kunt u genieten van een kopje thee of koffie en alle uitgaven van De Kleine Aarde inzien.

Zomerrondleidingen - elke woensdag, vrijdag en zondag in de zomermaanden juli en augustus om 14.00 uur.

Voeding

De Caribische keuken

(4 avonden) 17, 24 september, 1, 8 oktober, di 19.00 - 22.00 uur

De Kleine Aarde introduceert de Caribische Keuken, een mengmoes van culturen uit Europa, Afrika, Azië en eeuwenoude beschavingen als de Maya's en Azteken. Geen enkele andere keuken kent zoveel uiteenlopende gerechten en smaken.

In de cursus worden voor-, hoofd- en nagerechten klaargemaakt. Gastdocent is Frank Wilmink, voorheen scheepskok in het Caribische gebied en thans chef de cuisine van een kookstudio. Elke les worden er vier gerechten klaargemaakt met vlees, vis of gevogelte en vegetarisch. Vlees en gevogelte zijn afkomstig zijn van een ecologische slager. Er wordt met seizoensgroenten gewerkt. Vrijwel alle groenten en fruitsoorten zijn afkomstig van de biologische teelt, evenals de meeste geïmporteerde ingrediënten, waaronder ananas, banaan, kokos en mango. Zij zorgen voor de *finishing touch*.

Prijs: f 150,-, inclusief materiaal
Aanmelden voor 6 september.

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 komen aan bod. Er wordt gekookt met seizoensgroenten. U kookt en eet gezamenlijk, zodat u over de stof kunt praten.

Prijs: f 250,- inclusief overnachtingen, 3 maaltijden, cursusmateriaal 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 techni-

sche 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, waardoor u 's avonds gezellig onder elkaar kunt zijn.

Prijs: f 210,- inclusief onovernachting, 3 maaltijden, cursusmateriaal, het boekje Brood bakken en ingrediënten.

Aanmelden voor 1 november.

Sinterklaastractaties

(één middag) 26 november
(di van 14.00 tot 17.00 uur)

Een jaarlijks terugkerende traditie. Zelf hapjes, koekjes en drankjes maken voor een gezellige winteravond. Naast specifieke sint-tractaties (speculaas, marsepein en pepernoten) worden er ook andere zoete en hartige tractaties bereid van biologische geteelde produkten. Er wordt met minder (riet)-suiker gewerkt, o.a. bij het maken van amandelspijs. Aan het eind van de middag kunnen cursisten de zelfgemaakte hapjes en warme dranken proeven.

Prijs: f 35,- Inclusief materiaal en ingrediënten. Aanmelden voor 12 november.

Duurzame voeding in voorlichting

(studiedag voor voedingsdeskundigen en diëtisten)

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

Prijs f 195,- Inclusief cursusmap en een ecologische lunch.
Verwacht november 1996.

Verantwoord vegetarisch voor instellingen

(Studiedag voor koks)
Dinsdag 29 oktober
(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, zouden ze als derde keuzemenu een vegetarische maaltijd kunnen invoeren. Hoe zet je zo'n derde keuzemenu op? Welke

menusuggesties kunnen er worden gegeven? Is het verantwoord? Een studiedag voor koks.

Prijs f 195,- inclusief cursusmap en een ecologische lunch.

Bouwen

Duurzaam bouwen in de praktijk

(Introductie-ochtend)

op aanvraag: woe/do 9.30 - 13.00 uur

De cursus is bedoeld voor beroepsgroepen in de bouw, zoals aannemers, gemeenten, woningbouwverenigingen en projectontwikkelaars. Na ontvangst met koffie en thee volgt een korte inleiding en vertoning van de video Duurzaam Bouwen. Hierna volgt een uitgebreide rondleiding in en om het nieuwe 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 ecologische lunch

Tuinieren

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? Op dit soort vragen en meer geeft deze cursus antwoord. Voor het goed bewaren van groenten zijn verschillende methoden. De bekendste zijn: inkuilen, inkisten, drogen, ophangen en verzuren. Elke groente heeft haar eigen bewaareisen en -mogelijkheden. Door oogstspreading hoeft niet alles tegelijk op of weg. Wintergroenten eten uit de eigen tuin begint al met een goed teeltplan in het voorafgaande voorjaar. Het hele jaar door verse groenten, zonder wekken of invriezen? In deze cursus toont De Kleine Aarde aan dat het ook in de winter kan.

Prijs: f 90,- inclusief ecologische lunch, koffie, thee en cursusmateriaal.

Aanmelden voor 9 september.

Ecologische moestuin

(3 dagdelen) 4,5 oktober; 25, 26 oktober (vr 18.30 - za 16.30)

Gezond eten uit eigen moestuin be-

gint met het weglaten van bestrijdingsmiddelen en kunstmest. Maar bij gezonde groenten kweken, die goed groeien en niet worden opgegeten door rupsen en slakken, komt meer kijken. De cursus helpt u op weg. U leert ecologisch tuinieren met alles erop en eraan: bodemanalyse, bemesting, vruchtwisseling, teeltplan, combinatieteelt en ziekten en plagen. De moestuin van De Kleine Aarde dient als voorbeeld. En u neemt het Tuinboek van De Kleine Aarde mee naar huis.

Prijs: f 175,- inclusief overnachting, ecologisch diner, ontbijt, lunch, koffie, thee en het Tuinboek van De Kleine Aarde.

Aanmelden voor 23 september.

Aanleg natuurrijke tuin

(studiedag) 21 september

(za 10 - 16.00 uur)

De aanleg van een ecologische siertuin vraagt andere inzichten. Natuurlijke eigenschappen van de bodem ter plekke spelen een belangrijke rol. In een deel van de tuin mag de natuur meer haar gang gaan. Mest en bestrijdingsmiddelen komen er bijna niet aan te pas.

De studiedag is voor mensen die een ecologische siertuin aan willen leggen. Ook het omvormen van een bestaande siertuin, het beheer, onderhoud en verwerken van maaisel en snoeihout krijgen volop aandacht. De dag begint met een korte inleiding op De Kleine Aarde, gevolgd door een bezoek aan een ecologische siertuin in de buurt van Bostel. Na de lunch zullen er nog één of twee tuinen worden bezocht. Theorie en praktijk komen uitvoerig ter sprake.

Dieren

Geiten houden

(studiedag) 26 oktober

(za 10.00-16.30 uur)

De aard van de geit, huisvesting, beweiding, voeding, melken, en lammeren, dit alles komt aan bod in deze cursus. Docent is geitenhouder Theo Coolen.

Prijs: f 90,- inclusief ecologische lunch, koffie, thee en cursusmateriaal.

Aanmelden voor 14 oktober.



FOTO: DE KLEINE AARDE

Bon voor aanmelding

Ik meld me aan voor de cursus:

Datum cursus:

Naam: ..

Adres: ..

Plaats:

Telefoon:

Geboortedatum:

Stuur me een bevestiging. Ik maak het cursusgeld over voor aanvang van de cursus met de acceptgirokaart die u mij toestuur. 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 Bostel.
Let op de uiterste aanmeldingsdatum!

Inzenders waterwedstrijd creatief in eigen huis

De waterbesparingswedstrijd van De Kleine Aarde heeft uiteenlopende inzendingen opgeleverd. De redactie haalde uit de stapel brieven enkele opmerkelijke ideeën. Of één van hen goed is voor de Groene Pluim 1996? De jury maakt op de Open Dag op 16 juni haar oordeel bekend.

Een flink deel van de inzenders van de waterbesparingswedstijd, waarmee een aanmoedigingsprijs van f 500,- is gemoeid, is het erover eens: zonde dat zoveel relatief schoon bad- en regenwater in het riool verdwijnt. Oplossingen worden gevonden in het verbinden van de afvoer van het bad met een reservoir voor grijs water of het aansluiten van de regenpijp op de stortbak. Badwater kan best in de wasmachine en spoelwater van vieze luiers geven de balkonplanten lekker wat mest. Of zet gewoon de hoofdkraan voor de helft dicht. Leuk is de inzending van Sjon Kootwijk uit Heemskerk, die vervuild water uit zijn koudwater-aquarium met een slang als hevel aan zijn papyrus geeft. Geen waterspilling, geen elektrische filterapparatuur en geen stress voor zijn goudvissen, want Sjon verschoont per keer de helft van het aquarium. Zet waterbesparing in een breder perspectief, meent Atze

Boerstra. Hij adviseert geen vlees te eten, want de produktie van een kilo vlees kost tien tot honderd keer zoveel water als de produktie van een kilo plantaardig voedsel. Hij voegt er aan toe: de hoeveelheid water die nodig is om een stier van 500 kilo slachttrijp te maken, kost genoeg water om er een oorlog-

schip in te laten drijven. Verder is veel water indirect te besparen door een lager energiegebruik en je consumptie van waterintensieve produkten, zoals papier, te beperken.

Wim van Zandvoort uit Eindhoven ontwierp een *aquast*, een rubberen ring waaromheen stukjes touw zijn geknoopt. Zijn vin-

ding bevestig je aan de kraan: de ring om het spuitstuk, de touwtjes met een lengte van zo'n tien centimeter, hangen naar beneden. De *aquast* geeft ook met een dun straaltje water een wel-dadig gevoel tijdens het handen wassen. Het spaart water. Wordt hij vies, dan kan de *aquast* mee in de vaatwas.

WINKEL & VERZENDHUIS VOOR MILIEU-VRIENDELIJKE 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
KRINGLOOPPAPIER
SCHOONMAAKMIDDELEN

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 woon-
klimaat

recyclebaar, geen afvalprobleem
geluidsisolerend en absorberend

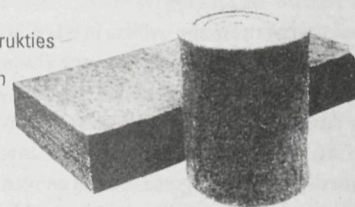
Toepassing:

thermische isolatie bij
dak- en wandkonstrukties

akoestische isolatie van
scheidingswanden

als akoestische deken
op systeemplafonds

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



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

Heraklith

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. A6/proefabo.

Meer informatie:
020-686.33.38



KRAAYBEEKERHOF

De enige in Nederland

2 jarige-opleiding **Biologische landbouw**

1 jarige-opleiding **Ondernemer natuurvoeding**
inclusief **AOV-fooddiploma**.

Cursus **Persoonlijke groei door natuur- en cultuurbewustzijn**.

Vraag informatie over al onze cursussen op het gebied van landbouw, voeding en opvoeding:
Studiecentrum Kraaybeekerhof, Postbus 17,
3970 AA Driebergen. Telefoon: 0343 51 29 25 /
Fax: 0343 51 69 43.

Open dagen: 22 juni; 7 september.

Dolfijn

Praktijk voor Regressie-
en Reïncarnatietherapie



Info: Astrid Noordam, (0412) 637532

Levende tuin is georganiseerde chaos

Begin juli vindt bij De Kleine Aarde de presentatie plaats van het eerste Nederlandstalige boek over permacultuur. Altijd is er wel iets in bloei in de 'jungletuin'. Uitgeverij Het Spectrum geeft het boek uit, met medewerking van De Kleine Aarde.

Het opbouwen en onderhouden van een synergetische moestuin begint met het aanleggen van de bedden waarop we gaan telen. Hiervoor moeten de handen flink uit de mouwen, maar dat is dan ook eens en dan nooit weer. We maken het stuk grond dat we gaan gebruiken helemaal kaal, en markeren dan met stokken waar de bedden en de paden komen te liggen. Daar denken we van te voren even over na, want dit wordt een permanente indeling: bedden voor planten, paden voor mensen. Als breedte van de bedden houden we 120 cm aan; lengte en vorm hangen af van ons terrein. Willen we rechte bedden, dan is het handig om bijvoorbeeld elke 5, 10 of 20 meter een dwarspaadje te maken, dan hoeven we later niet zover om te

lopen. Wanneer we ze oost-west aanleggen, scheppen we twee verschillende microklimaten: vooral als er middenop straks grote planten staan, komt er een zonnig zuidhellinkje en een koelere kant in het noorden. Daar kunnen we later van profiteren door er verschillende soorten planten neer te zetten. Maar recht is niet verplicht – echt recht komt in de natuur sowieso niet voor – en er is al zoveel recht en strak en hoekig in onze omgeving. Kromme, ronde, slingerende, swingende en spiraalvormige bedden geven een tuin een compleet ander aanzien, en ons een compleet ander gevoel. Ga dat bij jezelf maar eens na. Georganiseerde chaos is het handelsmerk van een levende tuin. Als we er maar voor zorgen

dat we vanaf het pad ook bij het midden van het bed kunnen komen zonder de bodem te betreden of onze rug te verdraaien.

Voor de paden reserveren we een breedte van zo'n 50 cm, zodat we ons later zonder veel problemen tussen de groeiende planten door kunnen bewegen, met kistjes, emmers en kruiwagens. Dan graven we de paden uit en scheppen we de aarde daarvan op de toekomstige bedden. We doen dit totdat het hoogteverschil tussen pad en bed zo'n 25 tot 50 cm is. Het hangt af van de bodem die we hebben, maar hoe meer ruimte we de plantenwortels straks geven, hoe beter het voor ze is, en hoe minder we zelf hoeven te bukken.

Als we dit allemaal in de herfst of in de vroege winter doen, kan het bodemleven alvast weer wat bijkomen van alle beroering voor het groeiseizoen begint. In het voorjaar schuiven we dan de mulch wat aan de kant, om de

bodem een paar dagen te laten opwarmen voordat we gaan zaaien en planten. Hoe we dat doen hangt natuurlijk af van de groentes en kruiden die we willen. Aldoende krijgen we daar steeds meer handigheid in. Als we het een beetje organiseren, zijn we in de winter en het vroege voorjaar al begonnen om in een kas of op een ander warm plekje onze zomergroentes vanuit zaad of stekken op te kweken, en kunnen we de kiemplantjes in de volle grond zetten wanneer de kans op nachtvorst verkeken is. We maken met een tuinschepje een opening in de bodem, laten het plantje erin zakken, drukken de aarde stevig aan, en schuiven de mulch er vlak om heen.

Uit: Tuinen van Overvloed, Fransje de Waard, Het Spectrum, Utrecht. ISBN 9027447551. Prijs: f 55,90/ Bf 1118. Voor Kleine Aarde-donateurs: f 49,90/ Bf 998.

PIRAMIDE

VEELZIJDIG IN BIOLOGISCHE KRUIDEN

Kruidenthee
is lekker
anders.
Piramide heeft
een
uitgebreid
assortiment
biologische
(thee)kruiden
en
kruidenmixen



Voor een gratis informatie-pakket met een proefzakje kunt u deze bon (of een briefje met uw gegevens) in een gesloten en voldoende gefrankeerde enveloppe naar ons sturen.

naam:
adres:
postcode:
woonplaats:

bon insturen naar:
kruidenhandel PIRAMIDE B.V.
Dynamostraat 12, 3903 LK Veenendaal
Tel. 0318 - 51 91 39, Fax 0318 - 52 25 14

BON



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 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 Fraaie poster met seizoens-
gebonden groenten. f 17,-/Bf 340.

Aarde en duurzaam voedsel Tien posters over
voedsel. Voor scholen en andere instanties.

f 32,50/Bf 650.

EKOLOGISCHE ALTERNATIEVEN

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

Zelf kippen houden - Inmaken 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 milieubewust - 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.

ETIKETTEN

Vele honderden gebruikte enveloppen gaan dagelijks opnieuw de brievenbussen in dankzij de Hergebruiketiketten. U bespaart een envelop en geld. En u bent zuinig met papier en spaart bomen! Een pakje van 60 stuks kost f 5,50-/Bf 110.

BESTELLEN?

Maak het bedrag over op giro 52730 t.n.v. De Kleine Aarde in Boxtel. Vermeld de titel(s). Voor België: giro 000-1137770-57.

Openingstijden en routebeschrijving

De Kleine Aarde is gevestigd aan Het Klaverblad 1 in Boxtel. Het Bezoekerscentrum is de hele week geopend van 11.00 tot 17.00 uur. Dit 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. Deze gaat over in de Prins Bernardstraat. Sla aan het einde van deze straat rechtsaf de Baroniestraat in en loop rechtdoor via de Vicaris van Alphenstraat en de Schyndelseweg. Sla na het benzinstation linksaf de Munsel in.

...op fiets

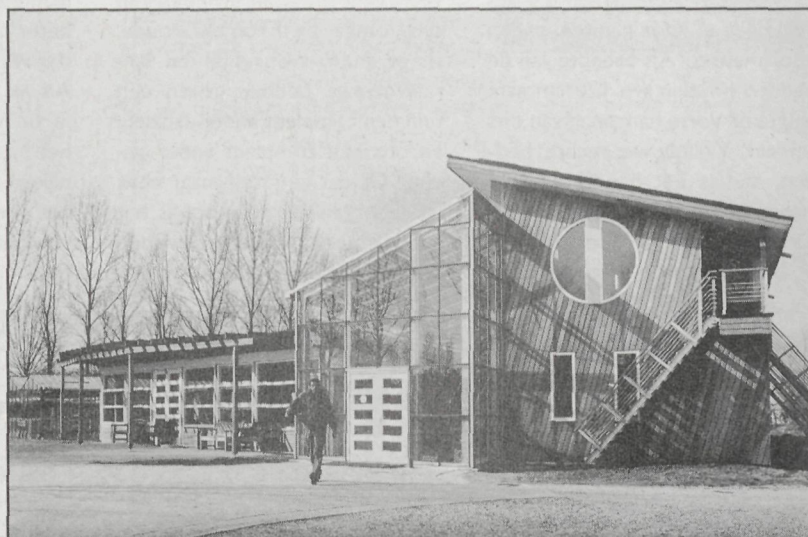
Vooraf voor fietsers geldt dat vele wegen naar De Kleine Aarde leiden. U kunt bij de fietsenstalling van station Boxtel een fiets huren. De stalling sluit op werkdagen om 19.45 uur. In het weekend is deze geopend van 8.00 u. tot 18.00 u.

Per (trein-)taxi...

Vanaf het station rijdt een treintaxi. Telefoon: 0411-683384.

...of auto

Vanaf Den Bosch richting Eindhoven, afslag Boxtel-Noord. Vanaf Eindhoven richting Den Bosch, afslag Boxtel. Daarna de bordjes volgen.



Een avondje uit eten bij De Kleine Aarde

Deze zomer zet De Kleine Aarde haar deuren weer open voor mensen die een keer gezellig willen komen eten. In juli en augustus zal chef-kokkin Marianka elke vrijdagavond een verrassend menu aanbieden, al zijn de minder bekende maar niet te versmaden pompoensoep en zomerse groentetaart daarin bijna vaste prik geworden.

Een driegangsmenu kost f 25,- per persoon. Kinderen tot twaalf jaar betalen een tientje. Aanvangstijd: 18.00 uur.

Reserveringen: 0411-684921.

STIL ZWIJGEN OF SCHOON SCHRIJVEN

Overal ter wereld komen
mensen op voor het milieu.
Alléén staan zij machteloos...



Honderden brieven belandden op het bureau van
Jeltsin. Het bos in Siberië staat er nu nog!
Schrijf mee met Earth ALARM!

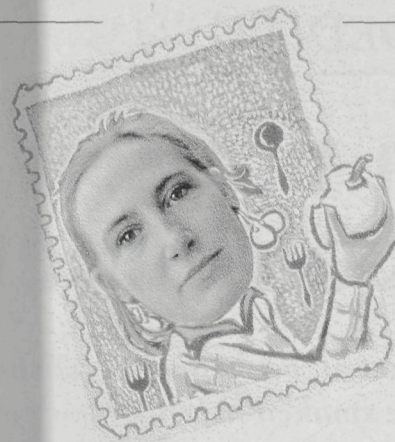
**EARTH
ALARM**

sane die opkomt voor biologische landbouw en -handelen, koos
AH uit een groot aantal kandidaten.

AH is in Nederland de eerste supermarktketen die op grote schaal startte met de verkoop van biologische aardappelen. Sinds het begin van deze verkoop, in 1989, hebben 640 AH-filialen nagenoeg het hele jaar de aardappelen in de schappen liggen. Bovendien is het assortiment biologische producten inmiddels uitgebreid met winterpeen en zuurkool. Meer recent zijn champignons en waterkers toegevoegd.

Doorslaggevend voor de jury, met oud-politica Ria Beckers als voorzitter, was het feit dat Albert Heijn vanaf eind 1995 de verkoopprijs aanzienlijk heeft verlaagd door een andere margeberekening. Het bedrijf maakt hiermee de aardappel bereikbaar voor een breed publiek. Consumenten hebben kennis kunnen maken met de goede kwaliteit van aardappelen met het Eko-keurmerk, die zonder kunstmest en bestrijdingsmiddelen zijn geteeld. De trofee is een aanmoediging om in deze lijn voort te gaan.

Het is voor de tweede maal dat Biologica de prijs heeft uitgereikt. De eerste Gouden Aardappel werd in 1994 toegekend aan het voedingsmiddelenconcern Nutricia. Dat bedrijf had op grootschalige wijze biologische kindervoeding op de markt gebracht onder het merk Hipp-Bebirix.



soms wat stro. De compost wordt gemaakt in een grote composteerfabriek. Het zou beter

Vragen aan Anneloe Rijkema

*Wat is het verschil tussen
zure room en crème fraîche?*

Het verschil zit hem in het vetgehalte. Zure room bestaat voor 20 procent uit vet, crème fraîche voor 35 tot 60 procent. Dankzij het hoge vetgehalte kun je crème fraîche verhitten, zonder dat het afschift. Dat kan handig zijn voor sauzen. Zure room loopt bij verhitting het risico te gaan schiften.

Zure room (ook wel Sour Cream genoemd) is een aangezuurde room, door melkzuurbacteriën gefermenteerd. Het is wat dikker dan crème fraîche. Het wordt veel gebruikt in de Scandinavische en Oosteuropese keukens. Crème fraîche wordt gemaakt door room te pasteuriseren. De gepasteuriseerde room wordt geënt met melkzuurbacteriën. De geënte room moet 24 uur rijpen, waarna hij wordt gekoeld en in potjes gestopt.

Waarom zijn eco-champignons beter?

Eco-champignons groeien, net als gangbare champignons, op een compost van paardemest, een beetje kippemest, een snufje kalk en

zijn als eco-champignons op compost van biologische bestanddelen groeiden, maar biologische paardemest is in Nederland niet krijgen. De Nederlandse voorraad biologische kippemest zou toereikend zijn voor één dag champignons telen. Kippemest voor bio-champions is afkomstig van de intensieve veehouderij. Het stro kan wel biologisch zijn. De controlerende instantie Skal zal de richtlijnen overigens aanscherpen. Champignons zijn schimmels en groeien in een warm, vochtig klimaat, waarin ook bacteriën en eventuele ziektekiemen goed gedijen. Bij de gangbare teelt wordt de compost met milieubelastende middelen ontsmet, terwijl bij de biologische championenteelt de compost schoongestoomd wordt. Dat stomen duurt 12 uur op 70 C. Het kost energie, maar de champignons zijn gifvrij. Dat is voor de consument, de kweker en het milieu wel zo gezond. Biologische champignons met het Eko-keurmerk zijn daarom een goed alternatief.

Tegenwoordig is er een nieuwe paddestoel te koop, de shi-take. Deze groeit op oude bomen en laat zich eenvoudig zelf telen. Een stronk op het balkon is toereikend.

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

Uitgaven van De Kleine Aarde

(alle prijzen onder voorbehoud)

- De Kleine Aarde Kok** Hans Donderwinkel.
48 pag. Pb. f 21,50/Bf 430.
- Jakkes, elkels!** 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, vogelpoe!** Peter Kouwenhoven.
48 pag. Geb. f 11,50/Bf 230.
- Je eigen moestuin** Peter Kouwenhoven.
48 pag. Geb. f 11,50/Bf 230.
- 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** Fraïe poster met seizoens-
gebonden groenten. f 17,-/Bf 340.
- Aarde en duurzaam voedsel** Tien posters over
voedsel. Voor scholen en andere instanties.
f 32,50/Bf 650.

EKOLOGISCHE ALTERNATIEVEN

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

Zelf kippen houden - Inmaken en bewaren - **Babyvoeding** - **Wijn uit eigen tuin** - **Brouw bier voor je plezier** - **Sputen 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** - **Toefjes zonder suiker** - **Sap maak je natuurlijk zelf** - **Anders eten voor diabeten** - **Een konijn op eigen terrein** - **Granen op tafel** - **Leef gerust milieubewust** - **Zuivel** - **Bijen** - **De Groene Keuken** - **Hete Bliksemi** - **Hartige Taarten** - **De Natuurrijke Tuin** (f 13,-/Bf 260) - **Zelfgemakte compost** (f 13,-/Bf 260). De boekjes kosten f 10,50/Bf 210 per stuk, tenzij anders vermeld.

ETIKETTEN

Vele honderden gebruikte enveloppen gaan degelijk opnieuw de brievenbussen in dankzij de Hergebruiketketten. U bespaart een envelop en geld. En u bent zuinig met papier en spaart bomen! Een pakje van 60 stuks kost f 5,50-/Bf 110.

BESTELLEN?

Maak het bedrag over op giro 52730 t.n.v. De Kleine Aarde in Boxtel. Vermeld de titel(s). Voor België: giro 000-1137770-57.

Postzegel
plakken

De t
Het
Bezi
wee
17.0

Per
Elk
richt
burg
uur
Deze
straa
loop
pher
na h
sel it

Vereniging Milieudefensie
T.a.v. Earth ALARM
Postbus 19199
1000 GD AMSTERDAM

© Foto Greenpeace. Earth ALARM Damrak 26, 1012 C L Amsterdam 020-20202696

Brieven schrijven voor het milieu

Earth ALARM is het schrijfproject van Vereniging Milieudefensie dat initiatieven ter verbetering van het milieu in het buitenland ondersteunt. Earth ALARM komt in actie op verzoek van lokale organisaties en vraagt altijd om een milieu-vriendelijk alternatief. U klimt bijvoorbeeld in de pen voor behoud van de oerbossen in Siberië, voor behoud van een Noors vogelreservaat, of voor sluiting van onveilige kerncentrales.

Schrijf mee met Earth ALARM!

- ☐ Ja, ik word briefschrijver voor f 15,- per half jaar en ontvang 10x per jaar een ALARM met voorbeeldbrief en het ALARM-NIEUWS.
- ☐ Ja, ik wil meer informatie over Earth ALARM ontvangen.

Naam _____ m/v

Adres _____

Postcode _____

Woonplaats _____

Met Milieuvriendelijke groet



FOTO: RUUD GORT

Een avondje uit eten bij De Kleine Aarde

Deze zomer zet De Kleine Aarde haar deuren weer open voor mensen die een keer gezellig willen komen eten. In juli en augustus zal chef-kokkin Marianka elke vrijdagavond een verrassend menu aanbieden, al zijn de minder bekende maar niet te versmaden pompoensoep en zomerse groentetaart daarin bijna vaste prik geworden.

Een driegangennu kost f 25,- per persoon. Kinderen tot twaalf jaar betalen een tienje. Aanvangstijd: 18.00 uur.

Reserveringen: 0411-684921.

Eerste bank met milieujaarverslag

De Triodos Bank is de eerste Nederlandse bank die in haar jaarverslag het milieu heeft opgenomen. Zo beschrijft de bank onder meer de milieu-effecten van haar werkzaamheden in het afgelopen jaar.

Een extern bureau kreeg de opdracht om onderwerpen als energie-verbruik, afval, papier en vervoer door te lichten en zo inzicht te verschaffen in de milieubelasting door Triodos.

Wat energieverbruik betreft scoort de bank goed in aardgas- en elektriciteitsverbruik ten opzichte van de gemiddelde cijfers voor kantoren. Voor deze cijfers gebruikte het bureau de NOVEM als bron. Ook de Belgische vestiging van de bank doet het goed in vergelijking met het Nederlandse gemiddelde.

Het afval wordt gescheiden in bedrijfsafval, papier, klein chemisch afval en gft-afval. Medewerkers blijken minder bedrijfsafval en chemisch afval te produceren en meer papier en karton te hergebruiken dan werknemers in vergelijkbare kantoren. Alleen in het gebruik van maagdelijk wit papier is geen opvallende daling te zien.

Ook op het gebied van vervoer doet Triodos het nodige om het milieu te sparen. Bijna de helft van het personeel (24 van de 53 medewerkers) komt per fiets of openbaar vervoer naar het werk. Vijf medewerkers rijden met vrienden op en neer. Triodos Bank beschikt nog wel over elf bedrijfswagens, die in 1995 gezamenlijk een totale afstand van 457 duizend kilometer aflegden.

Albert Heijn wint milieutrofee

Grootgrutter Albert Heijn heeft de Gouden Aardappel 1996 van de Stichting Biologica gewonnen. De stichting, een organisatie die opkomt voor biologische landbouw en -handel, koos AH uit een groot aantal kandidaten.

AH is in Nederland de eerste supermarktketen die op grote schaal startte met de verkoop van biologische aardappelen. Sinds het begin van deze verkoop, in 1989, hebben 640 AH-filialen nagenoeg het hele jaar de aardappelen in de schappen liggen. Bovendien is het assortiment biologische producten inmiddels uitgebreid met winterpeen en zuurkool. Meer recent zijn champignons en waterkers toegevoegd.

Doorslaggevend voor de jury, met oud-politica Ria Beckers als voorzitter, was het feit dat Albert Heijn vanaf eind 1995 de verkoopprijs aanzienlijk heeft verlaagd door een andere margeberekening. Het bedrijf maakt hiermee de aardappel bereikbaar voor een breed publiek. Consumenten hebben kennis kunnen maken met de goede kwaliteit van aardappelen met het Eko-keurmerk, die zonder kunstmest en bestrijdingsmiddelen zijn geteeld. De trofee is een aanmoediging om in deze lijn voort te gaan.

Het is voor de tweede maal dat Biologica de prijs heeft uitgereikt. De eerste Gouden Aardappel werd in 1994 toegekend aan het voedingsmiddelenconcern Nutricia. Dat bedrijf had op grootschalige wijze biologische kindervoeding op de markt gebracht onder het merk Hipp-Bebirix.



Vragen aan Anneloe Rijkema

Wat is het verschil tussen zure room en crème fraîche?

Het verschil zit hem in het vetgehalte. Zure room bestaat voor 20 procent uit vet, crème fraîche voor 35 tot 60 procent. Dankzij het hoge vetgehalte kun je crème fraîche verhitten, zonder dat het schift. Dat kan handig zijn voor sauzen. Zure room loopt bij verhitting het risico te gaan schiften.

Zure room (ook wel Sour Cream genoemd) is een aanzuurde room, door melkzuurbacteriën gefermenteerd. Het is wat dikker dan crème fraîche. Het wordt veel gebruikt in de Scandinavische en Oosteuropese keukens. Crème fraîche wordt gemaakt door room te pasteuriseren. De gepasteuriseerde room wordt geënt met melkzuurbacteriën. De geënte room moet 24 uur rijpen, waarna hij wordt gekoeld en in potjes gestopt.

Waarom zijn eco-champignons beter?

Eco-champignons groeien, net als gangbare champignons, op een compost van paardemest, een beetje kipmest, een snufje kalk en

soms wat stro. De compost wordt gemaakt in een grote composteerfabriek. Het zou beter

zijn als eco-champignons op compost van biologische bestanddelen groeien, maar biologische paardemest is in Nederland niet verkrijgbaar. De Nederlandse voorraad biologische kippemest zou toereikend zijn voor één dag champignons telen. Kippemest voor bio-champions is afkomstig van de intensieve veehouderij. Het stro kan wel biologisch zijn. De controlerende instantie Skal zal de richtlijnen overigens aanscherpen. Champignons zijn schimmels en groeien in een warm, vochtig klimaat, waarin ook bacteriën en eventuele ziektekiemen goed gedijen. Bij de gangbare teelt wordt de compost met milieubelastende middelen ontsmet, terwijl bij de biologische champignon-teelt de compost schoongestoomd wordt. Dat stomen duurt 12 uur op 70 C. Het kost energie, maar de champignons zijn gifvrij. Dat is voor de consument, de kweker en het milieu wel zo gezond. Biologische champignons met het Eko-keurmerk zijn daarom een goed alternatief.

Tegenwoordig is er een nieuwe paddestoel te koop, de shi-take. Deze groeit op oude bomen en laat zich eenvoudig zelf telen. Een stronk op het balkon is toereikend.

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

Noten maken het feest compleet

Walnoten, hazelnoten, beukenootjes, cashewnoten en al hun soortgenootjes: ze smaken heerlijk door een quiche, taart, salade of eigengebakken brood. Zo uit het handje zijn ze ook niet te versmaden. Eet ze vanwege het hoge vetgehalte met mate, zegt Kleine Aarde-voedingsdeskundige Anneloe Rijpkema. Desondanks geeft ze vijf heerlijke recepten met noten en zaden.

ANNELOE RIJPKEMA

Walnoten, hazelnoten, kastanjes en beukenootjes: het zijn allemaal noten van eigen bodem. Wat we niet kunnen telen in ons klimaat zijn de buitenlandse noten als amandelen, paranoten, cashewnoten, kokosnoten, pistache-noten, pijnboompitten, pecannoten en acadamia-noten. Dan zijn er nog pinda's, die botanisch gezien vallen onder de peulvruchten en zaden, zoals sesamzaad, zonnebloempitten en pompoenpitten.

Vrijwel alle nootachtigen bevatten veel vet, behalve de kastanje. Het vet bestaat voornamelijk uit onverzadigde vetzuren. Ze staan in de *Schijf van Vier* van De Kleine Aarde in het vetrijke vak. Met andere woorden: te veel is slecht voor hart en vaten.

Het onderscheid in noten en zaden kan nuttig zijn voor mensen met een allergie. Er zijn mensen met een allergie voor pinda's die pistache-nootjes prima kunnen eten. Mensen met een allergie voor walnoten of hazelnoten zijn vaak ook allergisch voor berkenpollen. Vaak kunnen die mensen wel zaden verdragen.

Op deze pagina's vindt u vijf heerlijke recepten met noten of zaden. Net als de noten zelf, dienen de feestelijke recepten met mate te worden gegeten. Maar toch: eet smakelijk!

Walnotentaart

200 g gepelde walnoten
250 g rietsuiker
1 eetlepel water
1 fl dl slagroom
eventueel 2 eetlepels kirsch
2 eieren
250 g bise-meel
vanillepoeder
125 g koude boter
snufje zout

De vulling: Houd 10 halve walnoten apart. Hak de rest fijn door ze in een schone theedoek te rollen en daar met de deegroller op te slaan. Smelt 125 g rietsuiker in een pan met een dikke bodem. Doe dit voorzichtig, zonder te roeren. Voeg de eetlepel water toe, om de gecaramelliseerde suiker te blussen. Voeg daarna de niet geklopte slagroom toe. Zet de pan op een zacht vuur en blijf roeren totdat dat het mengsel loskomt van de bodem. Neem de pan van het vuur en voeg de fijngehakte walnoten en de kirsch toe. Laat het notenmengsel afkoelen.

Het deeg: Klop één ei los. Meng in een kom al het bise-meel (op twee lepels na), 125 g rietsuiker, vanillepoeder, de boter en het snufje zout. Snijd de boter met twee messen in kleine stukjes, voeg het ei toe en kneed het geheel tot een soepel deeg. Verdeel het deeg in twee delen en rol het uit. Gebruik daarbij het restje bise-meel. Leg één plak in een ingevette boterkoekvorm met een doorsnede van 24 cm en

houd de tweede plak achter.

Leg op de deegbodem de notencaramelvulling en dek het taartje af met de tweede plak deeg. Prik hierin met een vork gaatjes en verdeel de halve walnoten erover. Bestrijk het taartje met losgeklopt ei. Bak de taart in een voorverwarmde oven gedurende 40 minuten op 175 graden.

Appelnotenbrood

boter
paneermeel
150 g volkorenmeel
3 theelepels bakpoeder
150 g rietsuiker
snufje zout
50 g boter
1 ei
6 eetlepels sinaasappelsap
1 eetlepel geraspte sinaasappelschil
100 g geraspte of gehakte amandelen
150 g geraspte appel

Bestrijk een cakevorm van zo'n 20 cm lang met boter. Strooi er wat paneermeel in (eventueel zelf gemaakt van oud brood). Zeef het volkorenmeel om het luchtig te maken, voeg de zemel er weer aan terug. Voeg rietsuiker, zout en bakpoeder toe. Rasp de boter en kneed van het mengsel een kruimelig deeg. Voeg het ei, de sinaasappelsap en sinaasappelrasp aan het deeg toe. Roer het er doorheen. Voeg als laatste de fijngemaakte amandelen en appel toe. Meng alles voorzichtig. Stort het ge-





ILLUSTRATIES: KATRIEN HOLLAND

heel in de cakevorm en strijk de bovenkant glad. Bak de cake in 1½ uur in een voorverwarmde oven van 180 graden in het midden van de oven. Eventueel de cake 12 uur laten staan, dan is hij nog lekkerder.

Tip: gebruik in de winter cranberries in plaats van appel.

Pindaburger

100 g gare bulgur of ander graan
2 volle eetlepels pindakaas
1 ei
1 à 2 eetlepels meel
tamari of ketjap
peper en zout
mespuntje sambal
olie

Meng de pindakaas door de gare bulgur en prak dit met een vork tot een samenhangend geheel. Klop het ei los en meng het door het mengsel. Voeg, als de massa wat te los is, wat meel toe. Maak het mengsel op smaak met tamari of ketjap, peper, zout en een mespuntje sambal. Verdeel het mengsel in vier delen en vorm er burgers van. Bak deze in 15 minuten in de olie aan beide kanten bruin. Serveer ze bij de warme maaltijd als vleesvervanger.

Broccoli-quiche met cashewnoten en camembert

Voor het deeg:

75 g boter
175 g volkorenmeel
snufje zout
koud water
olie

Voor de vulling:

300 g broccoli
2 uien
1 eetlepel olie
1 dl melk
100 g cashewnoten
2 eieren
zout, peper en nootmuskaat
150 g camembert

Het deeg: maak de boter fijn met twee messen en voeg dit aan het meel toe. Voeg het zout en het water toe en kneed het tot een samenhangende bal. Rol het deeg uit tot een lap van 5 cm dik. Vet een boterkoekvorm met een doorsnede van 24 cm in met olie. Leg de lap deeg erin. De vulling: was de broccoli en verwijder de harde stengeldelen. Verdeel de broccoli in roosjes en snijd de stengel in kleine blokjes. Pel de ui en snijd deze fijn. Verhit de olie en fruit de uien hierin. Voeg de broccoli en de melk toe. Hak de cashewnoten grof. Breek de eieren en klop ze los. Houd 2 eetlepels ei-mengsel achter voor het bestrijken van de taart. Voeg de noten en de

eieren toe aan het groentemengsel en laat het enkele minuten sudderen. Maak het mengsel op smaak met peper, zout en nootmuskaat. Giet het mengsel in de vorm. Dek het af met plakjes camembert en bestrijk deze met wat ei-mengsel. Bak de taart gaar in een voorverwarmde oven, gedurende 45 minuten op 180 graden.

Bleekselderijsalade

1 kleine struik bleekselderij
100 g gare maïskorrels
50 g walnoten
2 eetlepels mayonaise
2 eetlepels yoghurt
1 theelepel mosterd
kerriepoeder, peper
tamari of ketjap

Breek de selderijstengels af en haal de zijtakjes eraf. Was de stengels. Haal de harde nerf eraf en snijd ze in reepjes van 3 mm dun. Giet de maïskorrels af. Kneus de walnoten. Maak een sausje van de mayonaise, yoghurt, mosterd, kerriepoeder, peper, en tamari of ketjap. Meng de bleekselderij, maïskorrels en walnoten door het sausje. Garneer de salade met een blaadje bleekselderij.



LAURENS LAMMERS

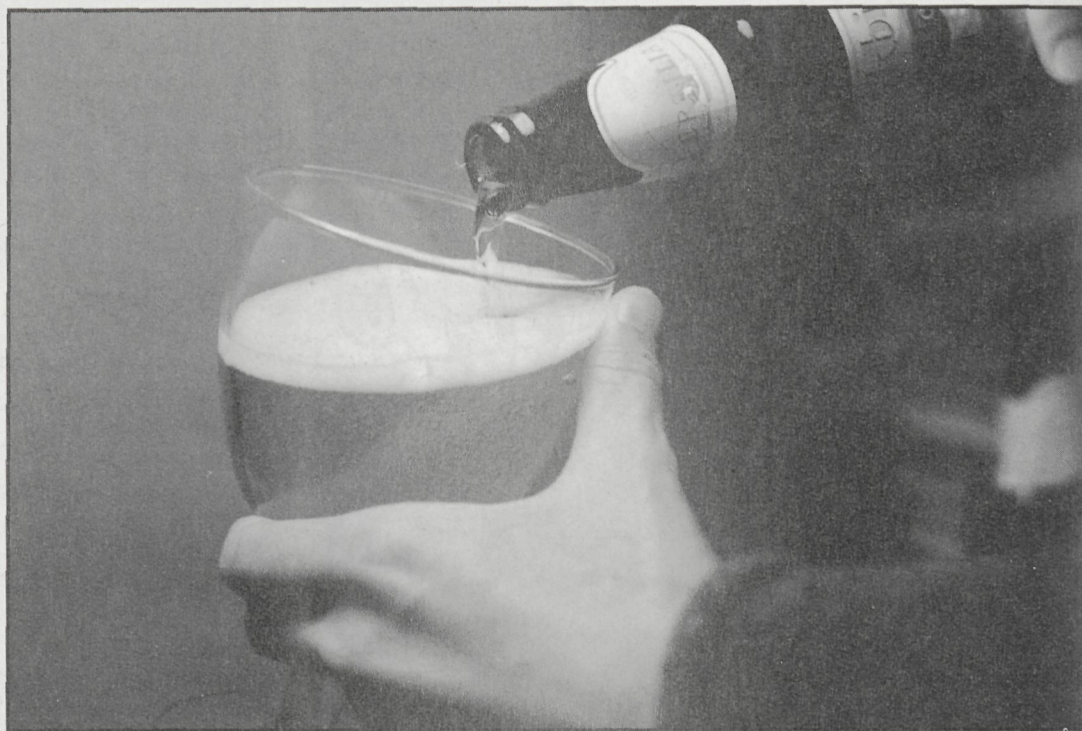


FOTO: LAURENS LAMMERS

Een + en een - voor biologisch bier

38 — 'Ik drink geen bier meer maar Grolsch!', zo luidde het in een tv-commercial een tijdje terug. Daar kunnen we nu een variant op maken: 'Ik drink geen gewone pils maar Eko-bier!' Qua smaak presteert dit bier boven elke verwachting. Dat blijkt uit de smaaktest van De Kleine Aarde van bieren uit de natuurvoedingswinkel.

De bierconsumptie in ons land daalde vorig jaar met 0,2 liter per persoon. Niet omdat we minder bier zijn gaan drinken, wel door een lichte bevolkingstoename. Met z'n allen drinken we ruim 1,3 miljard liter bier per jaar. Opvallend is de groei in de afzet van speciaalbieren, zoals hoge-gistingsbieren en witbieren, die samen elk jaar weer een procentje afsnoepen van de afzet van gewone pils. Een minieme fractie, ongeveer veertigduizend hectoliter per jaar, bestaat uit bieren die qua samenstelling weer bijzonder zijn ten opzichte van de gangbare merken, de biologische bieren. Het afwijkende zit vooral in de gifvrij geteelde gerst. Het aantal biologische merken is nog gering. Van eigen bodem komen Kikbier en Ekoland. De rest komt druppelgewijs via import het land binnen, vooral uit Duitsland waar biologisch bier veel be-

kender is. In de natuurvoedingswinkel is het aanbod van de Nederlandse merken het grootst. Beide worden gedistribueerd door Natufood Products, een divisie van de Hardewijkse groothandel Natudis.

Biologische gerst

Voor deze smaaktest werden zowel de pils van Kikbier als de pils en malt van Ekoland geproefd. Kikbier, het favoriete merk tijdens Happy Hour op De Kleine Aarde, komt van De Kroon in Oirschot, de oudste familiebrouwerij in Nederland. Ekoland komt van de Budelse Brouwerij op de grens van Brabant en Limburg. Beide merken dragen het Eko-keurmerk. De kwaliteit van biologische gerst is dus getest en goedgevonden door Skal, het onafhankelijk bureau dat het keurmerk verstrekt. Van Ekoland is de gerst afkomstig van boeren uit

Zeeland en België. De hop, die tijdens het 'koken' van de mout aan het beslag wordt toegevoegd, is niet biologisch. Het water heeft geen speciale kwaliteit. Een ander belangrijk verschil met normale pils is echter dat Ekoland geen additieven bevat, zoals suikers, kunstmatige zoetstoffen of vitamine C. Andere brouwers zijn makkelijker in het toevoegen van extraatjes, waarmee ze het bier mooi helder krijgen of de smaak manipuleren.

Blind proeven

Voor deze smaaktest werden elf bieren geselecteerd, waaronder het Duitse *Ökokrone*, een biologisch bier uit de Kronenbrauerei Wahl in Gundelfingen a/d Donau. Er werden vijf natuurvoedingswinkels bezocht in Brabant en Utrecht. Het aanbod van gangbare bieren van kleine brouwerijen was opvallend groot. Verder waren alle biervarianten verkrijgbaar: pils, hoge gisting, witbier en malt. De prijzen schommelden tussen één en drie gulden per flesje. Alle bieren werden blind geproefd en afwisselend in soort. Zo begon de test met pils en kreeg

het panel daarna een witbier te drinken. Elk bier kon maximaal honderd punten krijgen voor visuele aspecten, geur en smaak. Het panel bestond uit vier experts: Wim van Oosten (hoofdredacteur van *Bier International*), Toon van den Reek (bierbrouwer in Arcen), Ina de Schipper (bierkeurmeester) en Ad Claassen (bierdrinker). De locatie kon bijna niet mooier: de oude Arcense Stoombierbrouwerij.

Pils als malt

Kikbier blijkt een slechte start. 'Een matig bier', merkt Van Oosten op. Het bier is niet goed geoxideerd, te koud, onhelder en bevat vlokken. De pils is ook 'te dun' en heeft 'geen body': er is geen evenwicht tussen de basissmaak en het alcoholpercentage. Claassen denkt dat de pils te lang 'op fles' heeft gestaan. De helft van het panel denkt met een malt van doen te hebben. *Ökokrone* valt nog slechter. Alleen De Schipper vindt het bier beter door een fruitige en kruidige smaak.

'Verschrikkelijk!' roept Van den Reek, 'wat moet ik hier nu van zeggen?! Over tijd soms?' Claassen vindt het Duitse eco-bier 'slap en bitter'. Ook dit bier is niet geoxideerd. De nasmaak is 'samentrekkend' ofwel hard in de mond. En zurig. Van Oosten kan absoluut niet determineren wat hij proeft. *Hoegaarden* is het eerste echte speciaalbier. De overschakeling op witbier is even wennen. De substantie is nogal troebel. Te troebel? De Schipper denkt dat er teveel eiwitten in zitten. Van den Reek vindt het bier 'mistig' en hij ruikt een uitgesproken aromatische, bittere geur: fenol. Is dit witbier van De Leeuw? Het mondgevoel is volgens het panel matig tot zwak.

Duvels!

De eerste hoge gisting, *Duvel*, wordt direct herkend door het

panel. 'Duvel!', roepen de proevers in koor. Het zware speciaalbier krijgt een hoge waardering. De nasmaak is volgens Van den Reek sterk. Claassen vindt vooral de schuimkraag goed: romig en stabiel. De nasmaak vindt hij, net als De Schipper, matig. Het derde eco-bier, *Ekoland*, lijkt niet slecht te vallen. Van den Reek vraagt zich af: zou dit Alfa of Kikbier zijn? Claassen weet zeker dat het Kikbier is. Van Oosten noemt de smaak 'een beetje branderig'. De Schipper 'zurig'. Op papier pakt de waardering, dankzij de goede dronk, hoog uit.

La Trappe is de tweede hoge gisting en wordt meteen herkend. 'Een overschat bier', zegt Van Oosten, die de schuimkraag en aroma's maar matig vindt. Van den Reek ruikt een ziekenhuislucht. Claassen vindt het bier veel koolzuur bevatten. Het *Valkenburgs wit*, biernummer zeven, wordt verward met een

ander merk witbier. Claassen en Van Oosten vinden het bier over tijd. Van Oosten weigert dit bier verder te keuren. Van den Reek en De Schipper proeven zoetheid: vanille en toffee.

De pils van De Leeuw, *Valkenburgs Pilsener*, komt goed uit de bus. Van den Reek vindt de pils een ondefiniceerbaar luchtje hebben. Het panel twijfelt tussen pils van De Leeuw, Alfa Edel en Kikbier. Het tweede witje komt uit de Arcense Bierbrouwerij van Van den Reek. Deze herkent zijn eigen bier direct. De Schipper vindt het witbier onvoldoende van kwaliteit. Een mistig, zurig en geoxideerd drankje met ingezakte schuimkraag. Claassen velt een bijna identiek oordeel, maar voldoende. De laatste pils is *Alfa Edel*, die volgens Van den Reek schilfers bevat. Claassen denkt aan een pure verontreiniging, afkomstig van de dop op de beugelfles. De smaak vindt hij 'boterachtig'.

Van den Reek noteert als afwijking: muf! Een malt blijkt geen goede afsluiter. De *Ekoland alcoholvrij* krijgt een ruime onvoldoende. De Schipper associeert het aroma met thee. Het koolzuur is volgens haar helemaal verdwenen. Claassen is de enige die de malt lekker vindt, al heeft deze wel een ondefiniceerbare afwijking.

Conclusie: biologisch bier doet niet onder voor gangbaar bier. *Ekoland* scoort zelfs goed. Veel bieren uit de natuurvoedingswinkel liggen echter te lang op voorraad, waardoor ze oud zijn als ze naar de klant gaan. Na afloop van de test achterhaalde De Kleine Aarde overigens een paar nieuwtjes. Natudis is van plan om ook een malt van Kikbier op de markt te brengen. Bovendien wordt de productie mogelijk overgeheveld naar de Budelse Brouwerij, om Kikbier dezelfde kwaliteit als *Ekoland* te geven.

Tabel geteste bieren

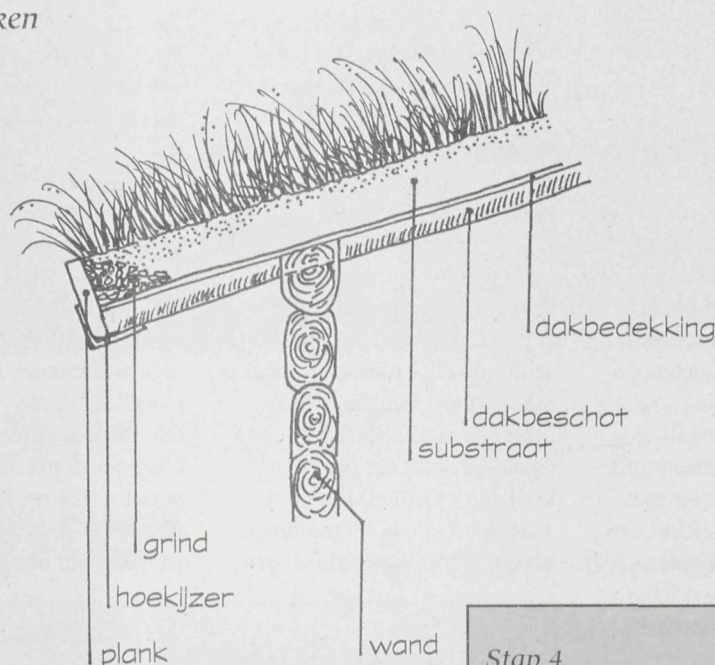
	Brouwerij	Prijs per fles	Inhoud	Alcohol%	Oordeel
Pilsen					
Kikbier	De Kroon	f1,20	30cl	5	-
Ökokrone	Kronenbrauwerij	f2,75	50cl	5	-
Ekoland	Budelse Brouwerij	f1,09	30cl	5	+
Valkenburgs Pilsener	De Leeuw	f1,90	50cl	5	+-
Alfa Edel	Brouwerij Schimmen	f1,05	30cl	5	-
Witbieren					
Hoegaarden	Gebr. De Kluis	f1,33	30cl	5	-
Valkenburgs Wit	De Leeuw	f2,80	50cl	4,8	-
Witte Raaf	Arcense brouwerij	f1,85	30cl	5	+-
Hoge gisting					
Duvel	Brouwerij Moortgat	f2,15	33cl	8,5	+
La Trappe	Trappistenbrouwerij	f2,60	30cl	8	-
Malt					
Ekoland	Budelse Brouwerij	f1,29	30cl	0,5	-
- matig +- redelijk + goed					

Zelf een vegetatiedak aanleggen

Spijker
op z'n
dak

Duurzaam bouwen staat ver van ons bed. Materialen zijn moeilijk te krijgen, oplossingen lijken ingewikkeld. De Kleine Aarde brengt met deze rubriek duurzaam bouwen dichterbij. De eerste aflevering geeft een handleiding voor het aanleggen van een vegetatiedak.

TEKST: MICHÈL POST
ILLUSTRATIE: HÈLÈNE KLEIJBURG



Stap 1

Zorg voor een stevig, glad dakbeschot. Leg daarop een waterdichte laag, de dakbedekking. Kies bijvoorbeeld voor het milieuvriendelijke EPDM, een kunstrubber (minimaal 1,2 mm dik). Bitumen, wat normaal op een dak ligt, is niet wortelbestendig. EPDM gaat jaren mee.

Stap 2

De tweede laag is de substraatlaag. Deze moet licht zijn, water vast kunnen houden en niet gaan glijden. Een mengsel van geëxpandeerde kleikorrels en turf voldoet. Gewone tuinaarde kan alleen als het wordt vermengd met turf, humus, houtsnippers, of geëxpandeerde kleikorrels. Voeg geen zand toe. Zand is te zwaar en droogt te snel uit. Met klei of leem wordt het mengsel wat plakkeriger, zodat het ook op schuine daken blijft liggen.

Stap 3

De volgende stap is de begroeiing. Stevigheid zal het pakket pas krijgen wanneer het eenmaal goed doorworteld is. Voor gras is om uitdroging te voorkomen een substraatlaag van minimaal 10 cm. nodig. Meng geschikte grassoorten als plat beemdgras, knolbeemdgras, dravik, muurdravik en schapengras. Zoden bieden bescherming tegen afspoeling van substraat bij hevige regen. Voor beplanting met kleurrijke vetplantjes is een substraatlaag van 3 centimeter genoeg. Een geschikt mengsel bestaat uit wit vetkruid, zacht vetkruid en muurpeper. Let op het gewicht! Een grasdak komt op 135 kg/m² en een sedumdak op 50 kg/m². Per centimeter substraatlaag komt daar 13 kg/m² bij. Voor de meeste schuurtjes en kleine afdakjes is het aan te raden voor een sedumdak te kiezen.

Stap 4

Leg grind langs de dakrand, in plaats van substraat en begroeiing. Dat geldt voor een plat en schuin dak. Na verloop van tijd zal de begroeiing het grind aan het zicht onttrekken, terwijl via het grind een goede afvoer van water mogelijk blijft. In het grind kan eventueel een drainagepijp worden gelegd. Maak met hoekijzers en een plank een opstaande rand, waarachter het grind blijft liggen.

Tip

Materialen voor een doe-het-zelf-vegetatiedak zijn te koop bij Ekogras in Zaltbommel, tel. 0418-512927; Mosterd & De Winter in Sliedrecht, tel. 0184-433400; Flora Dak in Berlicum, tel. 073-5032699. Informatie over andere leveranciers of dakdekbedrijven bij Bureau Dakadvies, tel. 0183-669690.

Netvrij-schakelaar remedie tegen elektro- stress

Elektrische apparaten in huis zorgen voor elektrische en magnetische straling. Ook last van elektro-stress? Wellicht biedt de netvrij-schakelaar een oplossing.

HARRIE PEREBOOMS

Het aantal elektrische apparaten in huis neemt nog steeds toe. Je kunt het zo gek niet bedenken, of er is wel een apparaat voor. Door al die apparaten neemt de elektrische en magnetische straling in huis toe. Heeft de straling negatieve invloed op onze gezondheid? De vraag is niet met een eenduidig ja of nee te beantwoorden. Bouwdeskundige Michiel Haas schrijft in zijn boek *Elektriciteit & Gezondheid* dat elektrostraling zeer verschillende invloeden op de mens kan hebben, deels individueel bepaald.

Er is weinig onderzoek gedaan naar mogelijke gevolgen van straling. Zeker weten doen we het dus niet, maar er zijn wel aanwijzingen dat elektrische straling negatieve invloed heeft. De klachten lopen uiteen van slapeloosheid, hoofdpijn en vermoeidheid tot ernstige ziekten als kanker.

Spanningsloos

Elektromagnetische straling kun je niet ruiken, zien of met andere zintuigen waarnemen. Dat neemt niet weg dat er mogelijkheden zijn om de straling in huis tot een minimum te beperken. Een tip van de Consumentenbond: schakel een apparaat na gebruik uit en trek de stekker uit het stop-

contact. Geen geringe klus als het huis gevuld is met een tiental lampen, een stereotoren, een televisie en wat elektrische keukenhulpjes.

De net-vrij-schakelaar kan een oplossing bieden. Deze schakelaar zorgt ervoor dat bij het uitschakelen van het laatste elektrische apparaat, meestal het bedlampje, de gehele groep spanningsloos wordt. Natuurlijk kun je dat zelf doen door in de meterkast één of meer schakelaars om te draaien. Bedenk dan wel dat je daarna in het donker naar bed stommelt en weer terug naar de meterkast om het licht weer aan te zetten.

Henk Hemelrijk is fabrikant van netvrij-schakelaars. Hij beveelt aan in ieder geval de groep waarop de slaapkamers zijn aangesloten, spanningsvrij te maken. 'De slaapkamer is de ruimte waar je per dag zo'n acht uur verblijft. Tijdens het slapen ben je veel gevoeliger voor invloeden van elektromagnetische straling.'

Vage klachten

De net-vrij-schakelaar kent zijn beperkingen. Op een groep waarop apparatuur is aangesloten die dag en nacht aan moet blijven, zoals de koelkast of de cv-installatie, kan de schakelaar niet worden toegepast. Tenzij je de apparatuur op een

andere groep zet. Ook apparaten die een *stand-by*-regeling hebben, zijn een probleem. De netvrij-schakelaar wordt in de meterkast geïnstalleerd, direct boven de schakelaar van de betreffende groep. In principe is zelfmontage mogelijk. Peter van de Ven en Harmtine de Lange uit Ede hebben in een bestaand huis zelf een schakelaar geïnstalleerd: 'Wij hadden al een tijdje vage klachten. Op tijd naar bed en toch 's ochtends niet fit. Een ingenieursbureau heeft onze woning met een veldsterktemeter doorgemeten. Zij kwamen tot de conclusie dat de straling in onze slaapkamer veel te hoog was. Zij adviseerden ons in ieder geval op de groep van de slaapkamers een net-vrij-schakelaar te installeren. We merken het vrijwel direct. We staan nu 's ochtends veel frisser

naast ons bed.'

De schakelaars kosten tussen de twee- en vierhonderd gulden, exclusief eventuele montage.

De laatste tip is van De Kleine Aarde zelf. Zorg dat je zo weinig mogelijk elektrische apparatuur in huis hebt. Zo vang je twee vliegen in een klap: géén problemen met je gezondheid én energiebesparing.

Leveranciers: Hemelrijk Electronics, tel. 0527-261738; Health Freqenz, tel. 0527-613446; Mourits Biobouw, tel. 0314-631289.

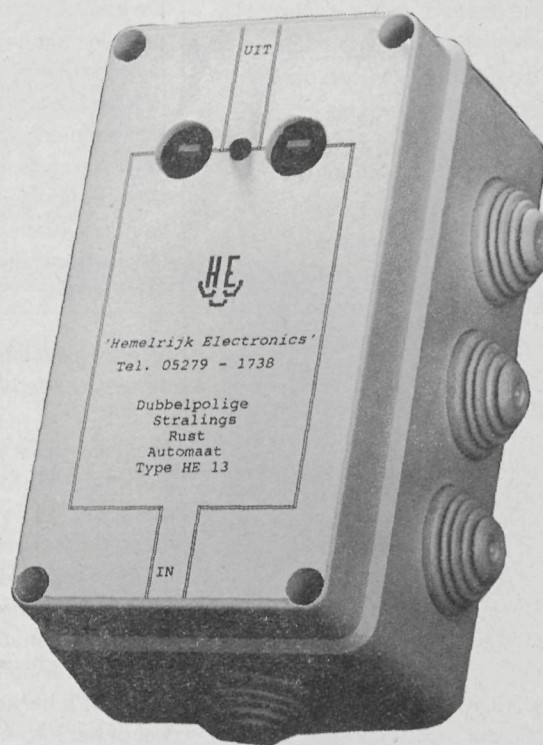


FOTO: HEMELRIJK ELECTRONICS

Zuinigheid met Stijl

Als je zuinig leeft, heb je het niet altijd makkelijk. Je loopt het risico in het hokje van de gierigaards en krentenwegers geplaatst te worden, en dat is niet leuk. Als er een duidelijke reden is voor je zuinige gedrag, kun je wel op enig begrip rekenen. Mensen die de oorlog hebben meegemaakt mogen het erg vinden als er voedsel wordt weggegooid. Zij mogen kapjes van het brood bewaren en kliekjes eten. En bijstandsmoeders moeten wel zuinig zijn; die hebben geen keus. Zuinig leven voor het milieu mag ook. Dat is een goed doel, al moet je natuurlijk niet overdrijven. Maar zomaar zuinig zijn en geld sparen, waarbij je zelf het goede doel bent, is iets heel anders. 'Gij zult consumeren tot u er bij neervalt,' luidt immers het elfde gebod. Als je je daar niet aan houdt, dan roept dat vragen, kritiek of protest op. Zuinig leven kan gewoon niet goed en leuk zijn. Zuinige mensen zijn saai, benepen, verzuurd of oerervend. Dat kan niet anders.

Sinds mijn man en ik bekend staan als het 'vrekkenechtpaar' horen we vaak bij een eerste ontmoeting de stomverbaasde reactie: 'Goh, jullie zien er héél anders uit dan we dachten, en wat is het hier gezellig. Wat een mooie spullen, dat hadden we niet verwacht!' We leven spaarzaam en zuinig, maar passen niet in het beeld dat men daarvan heeft. Sommige mensen denken zelfs dat wij leven als in het Stenen Tijdperk, toen de mensen in berevellen gehuld om een vuurtje zaten om warm te blijven. Toch is er een kentering te bespeuren. Er wordt zelfs gesproken van een nieuwe trend: zuinig leven is chic, vrijwillige versoering de nieuwe levensstijl en met tweedehands kleding kun je er leuker uitzien dan met confectie. Plotseling beviel de naam van onze Stichting ons niet meer. 'Zuinigheid met Vlijt' klomk toch wel wat ouderwets en zo Truus-de-mierderig. We hebben hem aan de nieuwe ontwikkelingen en inzichten aangepast. Nu is het: 'Zuinigheid met Stijl'. Een wereld van verschil!

Vragen aan Jol Moors

Hoe houd ik mijn gft-bak stankvrij?

De eenvoudigste methodes zijn: een krant onderin de bak leggen, geen gekookte etensresten in de gft-bak doen en het deksel niet helemaal sluiten. Verder zijn er allerlei middelen op de markt die de bak stankvrij kunnen houden. Zoals een gft-vloeistof van Biobest en een stanketer van Ecostyle.

Weten jullie iets meer over kanker-verwekkende kleurstoffen in kleding?

Gelukkig bevat niet alle kleding kanker-verwekkende kleurstoffen als benzidine. De grote kleurstoffabrikanten hebben al in de jaren zeventig besloten deze stoffen niet meer op de markt te brengen. Kleinere producenten, vooral in Oosteuropa en Azië, doen dit vaak nog wel. Kleding die getest is op kankerverwekkende stoffen kunt u herkennen aan het Ökotex-label of het Eko-keurmerk. Voor kleding zonder deze merkjes kunt u wel een algemene regel hanteren. Felle kleuren en minder goed wasbare stoffen bevatten vaker schadelijkere stoffen dan lichtere, goed wasbare kleding. Kleding wassen voor gebruik is overigens altijd aan te bevelen.

Momenteel is er een warenwet op komst die het gebruik van benzidine analoge stoffen verbiedt. Medio september is deze wet van kracht.



Is er een keurmerk voor milieuvriendelijk 'reproduceerde kleding'?

De enige garantie hiervoor is kleding met het Eko-keurmerk. Informatie: Bo Weevil Ermelo (tel. 0341-562767); Cotton Country; Helmond (0492-554649); Oibio, Amsterdam (tel. 020-5539355); Awareness, Amsterdam (020-5641611).

Is er biologische vis te koop in Nederland?

In een aantal natuurvoedingswinkels is zalm en forel van het merk Bio-verde te koop. De zalm komt uit Ierland en de Noorse fjorden; de forel uit Noord-Italië. De vissen worden daar gekweekt in zee respectievelijk bassins. Volgens biologisch-dynamische groothandel Odin is de behandeling van de vissen beter dan in de gangbare vissenkweek. Zo geldt een lager maximum voor het aantal vissen per kubieke meter water. De kwaliteit van het water wordt voortdurend bewaakt. De vissoorten dragen geen Eko-keurmerk. De garantie dat de vissen biologisch gekweekt zijn, ontbreekt dus. De Ierse zalm en de Italiaanse forel hebben wel een buitenlands keurmerk voor biologisch geproduceerde voedingsmiddelen. Er is in Nederland geen Eko-keurmerk in ontwikkeling voor biologische vis.

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

Keurmerk voor eco-hout

Binnenkort bestaat er een keurmerk voor hout uit duurzaam beheerde bossen. Het zogenaamde FSC-keurmerk is inmiddels in twintig landen geregistreerd. De Forest Stewardship Council bestaat sinds 1991. Het is een non-profit-organisatie die is opgericht door mondiaal opererende houthandelaren, milieu-organisaties, certificeerhouders en houtproducenten. De organisatie heeft als doel de voortschrijdende kaalslag in Afrika, Azië en Zuid-Amerika tegen te gaan. De richtlijnen die gehanteerd worden, zorgen voor duurzaamheid en continuïteit van de kleinschalige productie en maakt selectief gebruik van tropisch hout weer mogelijk.

GROENE JEUGD WIL ONDER HETZELEFDE DAK

In ons land zijn vijf milieucorps van jongeren landelijk actief. Alle vijf hebben ze een eigen kantoor met eigen telefoons, een kopieermachine en fax. Om de krachten te bundelen, hebben de clubs besloten dat ze samen in één kantoor willen gaan werken. Elke Wijffels (26), actief bij één van de organisaties, het NJMO, vertelt dat het nieuwe kantoor zo duurzaam mogelijk moet zijn. 'Het gebouw moet in ieder geval op een plek staan waar je makkelijk kunt komen met de trein en de bus', zegt Elke. 'We gaan dus niet op het platteland zitten. Het hoeft geen nieuw gebouw te zijn, al zou dat natuurlijk heel mooi zijn. Maar een oud gebouw is ook prima. Je maakt gebruik van dingen die er al zijn. Dat spaart hout, steen en verf. We zullen erg zuinig zijn met ruimte. Een vergaderruimte om en om gebruiken'.

Kunnen jullie niet beter één club worden? Is het nodig dat er vijf jongerenclubs voor het milieu zijn?

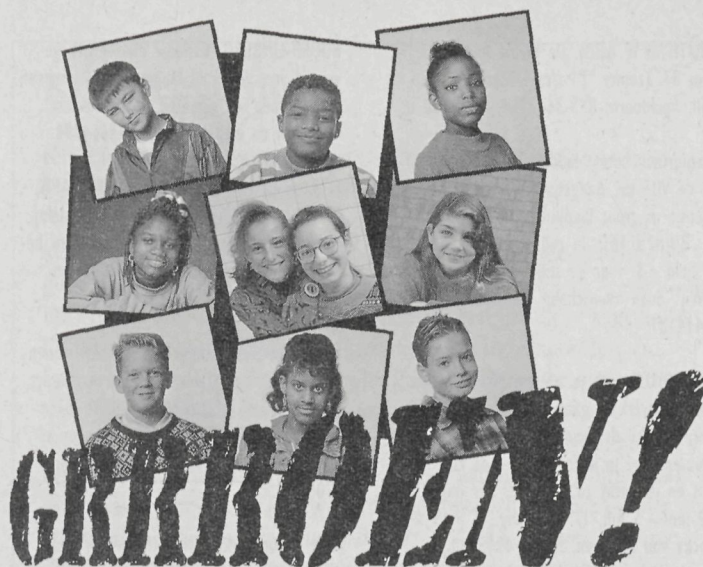
'Dat is een lastige vraag. Ik denk dat iedere organisatie weer anders is. De NJN weet het beste hoe het met de natuur staat. JMA kan veel beter aanwijzen waar het mis gaat met het milieu. Iedere organisatie heeft haar eigen rol. Tien jaar geleden zaten we elkaar wel veel meer in de haren. Nu werken we samen. We hebben tenslotte één doel. Een schone wereld.'



FOTO: ECOM



FOTO: ECOKIDSBRIGADE ZOETERMEER



ESTHER BRULS EN HELENE KLEIBURG

GETTEN MELKEN BIJ DE ECOKIDSBRIGADE

Een eigen geit of schaap is alleen weggelegd voor mensen die thuis een grote wei hebben. Of niet? In Zoetermeer zijn jongeren die op een flat met balkon wonen, en toch elke dag in de weer zijn met schapen en geiten. Ze doen dat via de *ecokidsbrigade*. Op de stadsboerderij De Balijhoeve in Zoetermeer is zo'n ecokidsbrigade. Na school verzorgen jongeren allerlei dieren. Van de melk maken ze kaas. Er zijn meer dan twintig scholieren die meedoen. Ze zijn verdeeld in kleine groepjes die elk hun 'eigen' schaap of geit hebben. Ze moeten de beesten voeren, melken, borstelen en de stallen uitmesten. En dat allemaal zeven dagen per week. Er is een rooster gemaakt, zodat er telkens iemand anders aan de beurt is. Als ze de dieren goed verzorgen, kunnen ze meedoen aan keuringen en zelfs prijzen winnen. Andere ecokidsbrigades zijn er in Maastricht (geitenclub) en Zutphen (brood bakken). Als je bij de kinderboerderij of het buurthuis bij jou in de buurt informeert, willen ze misschien ook wel een ecokidsbrigade opzetten. Zelfgemaakte geitkaas is lekker. En wie wil er nou niet voor zo'n schattig, wollig schaap zorgen?

HALLO ALLEMAAL,

HALLO ALLEMAAL,

Op de Balijhoeve worden drie schapen gemolken. We hebben er zes, maar nummer 1 en 6 melken we niet omdat ze wat problemen hebben. Nummer 1, Nadien, is nog nooit gemolken. Ze heeft te kleine spenen en is te oud om het nog te leren. Nummer 6, Annie, heeft een uierontsteking gehad. Bij haar werkt nog maar één speen. Ze zal later wel problemen krijgen met lammeren opvoeden. De melkschapen krijgen vaak wel drie of vier lammeren per keer. Annie zal de Balijhoeve eerder moeten verlaten. Ze was een top-melkschaap: twee jaar geleden gaf ze wel zeshonderd liter per jaar. We melken ook geiten: drie witte geiten, een toggenburgergeit (de bruine geit) en een landgeit (met horens). De kinderen die schapen en geiten melken, mogen ook leren hoe je kaas maakt. Soms krijgen ze hun kaasjes mee naar huis.

Louisette (11 jaar) en Daniëlle (13 jaar)

NATUUR- ZOMERKAMP

Stichting Veldwerk Nederland stuurde ons een berichtje dat ze deze zomer natuurzomerkampen voor kinderen organiseert. Niet voor sloompies: tijdens een natuurzomerkamp doe je van alles in de natuur. Je gaat buiten aan de slag: verkennen van het gebied, kaartlezen, planten bestuderen, diersporen zoeken, slootje baggeren. Er zijn dit jaar meer natuurvakanties voor jongeren. De Vereniging voor Natuur- en Milieueducatie organiseert een week in een fort in Zuid-Beveland.

Stichting Veldwerk
Nederland, tel. 055-3667199.
IVN, tel. 020-6228115.



FOTO: STICHTING VELDWERK NEDERLAND



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 herfstnummer voor 1 augustus in!

BOUWVROUWEN gevraagd voor schilder- en timmerwerk aan nieuw ecologisch gebouwd huis in het bos. Br.o.nr. RA9702MM.

Scholiere (17) wil in de praktijk leren hoe je zelfvoorzienend kunt zijn. Zou graag in schoolvakantie(s) meewerken op een ZELFVOORZIENEND bedrijf. Arnica Bosma, Dorpsstr. 21, 9911 PB, Oosterwijtwerd.

Wij wonen in afgelegen dal in Zuid-Frankrijk en drijven kleine boerderij met camping. Als je zin hebt minimaal een maand te helpen op het land, met de dieren of met bouwen en je houdt van rust en natuur, vraag dan informatie: MOULIN DE LIORT, 12440, La Salvétat Peyrales, Frankrijk. Tel: 00-33-65818967.

Bergpension 'Le Clou' zoekt voor de periode april-november enthousiaste VRIJWILLIGERS voor huishoudelijk werk, keuken en tuin. Minimaal 4 weken. Kost en inwoning plus een reiskostenvergoeding tegen 4 dagen werken per week. Schrijven naar Bergpension Le Clou 15800 Thiezac Frankrijk. Tel. 00-33-71470145.

Man (45) zoekt VROUW (vriendin) die zijn leven van muziek maken, reizen, schrijven, het landleven etc. wil delen. Br.o.nr. RA9701MM

GRATIS af te halen, De Kleine Aarde nrs. 9 t/m 87. (zomer '74 t/m winter '93). Flip Gill, Apeldoorn, 055-3667754, na 18.00 u.

Natuurlijkehebbers: Kinderen de deur uit of in de VUT bv? Aangeboden gratis appartementje in groot landhuis in het SPAANSE BINNENLAND, in ruil voor enige gezelligheid e.d. voor de stille wintermaanden. Wij doen kleinschalig toerisme. 040-2414187.

TUINWEEKEN, heb je zin om lekker buiten aan het werk te gaan, kom dan naar een tuinweek bij de Franciskaanse Gemeente Stoutenburg. Je leeft mee met de gemeenschap en je werkt zo'n vijf uur per dag. Data: 30 juni - 5 juli, 11 - 16 aug., 8 - 13 sept. Cocky van Leeuwen, 033 - 4945500.

MAANDVRIJWILLIGER op Stoutenburg, het Franciskaans Milieuproject Stoutenburg is op zoek naar mensen die een maand met ons mee willen leven en werken. Het werken kan bestaan uit koken, in de tuin helpen, schoonmaken en klussen en beslaat zo'n zes uur per dag. Informatie en opgave bij Cocky of Isabel, 033-4945500.

Rosemarie (21) studente ergotherapie zoekt, KAMER in Amsterdam. Per 1 augustus. Tel. 0513-651932.

Ik zoek een gezellige lieve VRIEND met pit, voor wie net als ik een mens- en milieuvriendelijke manier van leven belangrijk is. Ik ben een vrouw, 28 jr, en woon in Amersfoort. Br.o.nr. RA 9704 MM.

In verband met een onderzoek naar BABYVOEDING ben ik op zoek naar ouders in de regio Nijmegen/Arnhem met een kind tussen de 6 en 12 maanden, die hun kind opvolgmelk en/of biologische babyvoeding geven. Medewerking aan het onderzoek houdt in dat er een interview wordt afgenomen. Voor informatie/deelname: Annette Tuinman, tel. 024-3558043.

Wie helpt eigentijds, experimenteel, open klooster Solages aan ZADEN voor het opzetten van de kruidentuin. 00-33-65997157 (Nic).

Oprichters eigentijds, experimenteel, open 'klooster' Solages in Zuid-Frankrijk zoeken man of vrouw voor kinderopas, hulp bij klussen etc. Gratis verblijf en maaltijden mogelijk. Tel. 00-33 65997157 (Simone).

Wij, jong stel, op zoek naar avontuur, willen een x aantal maanden werken, verder dan de Nederlandse grens. In renovatie, landbouw, recreatie of met kinderen. Stevig aanpakken is geen probleem. WERK met verblijfplaats zijn gewenst. Kunt u ons helpen, bel ons na 18.00 uur, Wart en Elise 073-6120004.

Wonen, leven en werken in bos en tuin in

NOORD-LIMBURG. Handige meeleefster gevraagd voor korte of langere tijd die in een kleine groep wil genieten van de natuur, het leven en elkaar. Frits 077-4664398.

Te koop gevraagd: KARAKTERESTIEK PAND, bv. school, kerk(je), villa, boerderij, (klein) klooster,.... Achterstallig onderhoud geen bezwaar. Voor ecologisch/bd pension/bezinningshuis. Br.o.nr. RA 9706 MM.

Gezin met twee kinderen 9/11 jaar, wonende in Middelburg/Zeeland, wenst in contact te komen met GEZINNEN in andere delen van Nederland om samen leuke dingen te ondernemen/event. logeer adres. Br.o.nr. 9705 MM.

MAN, 50-er zoekt tussen Meppel en Assen een vrouw om leuke dingen mee te doen, zoals: koken, wandelen, fietsen, tuinieren(moes), sauna, dansen/swingen en masseren. Bel met Jan Tel. 0522-262975.

Ik heb mijn voormalige boerderij met flinke biologische (moes)tuin a. d. rand van Roermond zodanig verbouwd, dat het mogelijk is er met meerdere mensen te wonen: 4 woonunits bestaande uit living en keukentje, douche en w.c. en slaapkamertje, daarnaast gemeenschappelijke ruimtes zoals woonkamer, serre en grote woonkeuken. MEDEBEWONER(S) gezocht. Tel.: 0475-319149.

Wie heeft interesse in ZUURKOOLPOT (inmaak) van 10 ltr., inclusief stenen en waterslot? Bel Fransecka 0499-573063.

Vrouw, 30, zoekt idealistische en realistische mensen om gezamenlijk een CENTRUM op te richten met als doel onafhankelijk van elkaar zelfvoorzienend te leven en daarbij o.a. cursussen aan te bieden op natuur en milieugebied. Tel. 076-5222580.

Regeladvertenties

'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. en folder 0543-564491.

Rustige, kleine camping in bosrijke, nog ongerepte VOGELZEN. Wandelen, fietsen, paardrijden. Ook caravans. Tevens appartementen en huizen in nabijgelegen dorp. Nederlandse beheerders. Telefoon: 035-5414079 of 00-33-29304447.

(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 f42,50 p.p./p.n. In nabijheid van Maastricht en Termae 2000. Geulhem, Zuid-Limburg, 043-6041912.

ITALIAANSE ALPEN, Ledomeer: vak. won. in sfeervolle boerderij in groot weiland, veel bos, schitterend wandelgebied, vanaf f290,- p.week, 058-2159154.

Te huur in SEVENUM NL. 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.

Vakantie/reünie/workshop in sfeervol verbouwde boerderij in DRENTH 6 pers. app. of groepsacc. ong. 14 pers., multifunctionele ruimten, met of zonder verzorging, vriendelijke prijzen. Folder: 0521-592058 (Dwingeloo).

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.

Te huur: 3 houten WOONWAGENS, staand op boeren erf in prachtig natuurgebied; omg. Winterswijk; veel privacy, redelijke prijzen; tel 0543-563766.

Voor rust en prachtige wandelingen in ongerepte natuur. Boek uw vakantie op onze kleine EKOLOGISCHE camping in Z.W.-Frankrijk. Prachtig gelegen aan riviertje, ideaal voor kinderen. Biologische groente en melkproducten te koop op onze boerderij. Vraag onze folder: Moulin de Liort, 12440, La Salvétat Peyrales, Frankrijk. Tel.: 00-33-65818967.

Gasselte (Dr.) t.h. ruime 4-8 pers. BUNGALOWS op rustig park met zwembad. Fijn wandel en fietsgebied. 033-2452834.

In BRETAGNE (Boivebriac), dichtbij de noordkust, eenvoudig buitenhuis met veel ruimte en stilte in/om de woning; 6 p., hoogseiz. f 650,- p.w. (excl. elektr.); 076-5650791 of 00-33-39456291.

Vakantiehuisje in VEENWEIDE natuurgebied. Kano aanwezig. Per auto 30 min. van strand. 4 pers, cv aanwezig. Ook weekend en midweek. Gemeente Schermer. Tel. 0299-671404.

Kleinschalig kamperen en logies op honderden traditionele ecologische boerderijen. Volop mogelijkheden tot wandelen, fietsen of cultuur. Bestel een landen-gids: Nederland, Frankrijk, België, Tsjechië, Slowakije, Slovenie, Polen, Roemenië, Hongarije, Bulgarije, Griekenland, Portugal, Duitsland, Groot-Britannië. ECEAT: 020-6681030.

Wilt u even op verhaal komen in zeer rustig in natuurgebied gelegen PENSIONNETJE in Zuid-Frankrijk? Bel dan gerust voor informatie 00-33-67971295.

(vervolg op pagina 47)



ILLUSTRATIE BOMENSTICHTING

Kurkreycling

Kurk is een zuiver natuurprodukt dat ontstaat uit de afgestorven cellen van de boederschors van de kurkeik. Alleen in Nederland verdwijnen jaarlijks circa 325 miljoen flessekurken in de afvallemmer. Dat zijn meer dan 150 volle vrachtwagens.

De Kleine Aarde meldde al eerder over een initiatief van de Duitse schoenenfabrikant Ganter om kurk in te zamelen via een selecte groep schoenwinkels. Ganter gebruikte oude kurken voor nieuwe zolen. Dat initiatief ging bijna ter ziele door de overstelpende hoeveelheid kurk die de fabrikant plotseling op zich af zag komen. Gelukkig is de draad nu weer opgepakt door Kurk Recycling in Zwolle in samenwerking met Ganter. De kurken worden handmatig gesorteerd en gaan vervolgens naar Portugal, waar de grootste kurkverwerkende fabriek ter wereld ze verwerkt tot nieuwe kurkprodukten als zolen, vloeren en isolatiemateriaal. Kurk Recycling roept de konsument op om kurk bij het bedrijf in te leveren. Dat kan per post (volgende frankeren!) of bij een schoenspecialzaak die Ganter-schoenen verkoopt.

Kurk Recycling Nederland, postbus 1052, 8001 BB Zwolle, tel. 038-4229944.

CONSUMENT



Glazen huren

U kent het vast wel, de dag na Koninginnedag. Binnensteden zijn veranderd in complete vuilnisbelten. Het idee dat die troep ook weer moet worden opgeruimd, maakt een mens moedeloos. Dat gemeentebesturen pas een dag later reageren in plaats van preventie maatregelen te nemen, is onbegrijpelijk. Maar er zijn ook andere voorbeelden, zoals het Festival Mundial in Tilburg. Daar schakelt de organisatie de Stichting Louis d'Eco in om de boel op orde te houden en het milieu te sparen. De stichting verstrekt duurzaam serviesgoed, kringloop-servetten en ecologische vaatwasmiddelen. Sinds kort heeft Louis d'Eco de mogelijkheid om voor speciale evenementen glazen van onbreekbaar kunststof te huren. De glazen kunnen ter plekke weer worden afgewassen.

Voor meer informatie: Louis d'Eco, tel. 030-2343344.

45

Bomen snoeien

Hoe groeit een boom, hoe snoei je een boom en wat is de beste boomverzorging? Drie vragen waar een kersverse boomeigenaar vaak mee tobt. Over deze vragen heeft de Bomenstichting nu twee folders gemaakt. De eerste folder, *Boomverzorging, nieuwe informatie over de verzorging van uw bomen* (f 4,50) gaat in op de meest gestelde vragen. De tweede folder, *Bomen & Snoeien* (f 3,50), bevat de belangrijkste spelregels waaraan een boomsnoeier zich moet houden. In een persbericht meldt de Bomenstichting naar aanleiding van beide folders overigens: 'Het onderhoud van volwassen bomen kunt u beter aan de professionele boomverzorger overlaten, want uw boom verdient deskundig onderhoud en u voorkomt ongelukken voor de boom en uzelf.' **Bestellen: maak het juiste bedrag over op giro 2108755 t.n.v. de Bomenstichting in Utrecht. Vermeld de titel.**

MILIEU THUIS

Laurens Lammers

Fiets & Fiscus

Zakelijk fietsverkeer kent sinds september 1995 fiscale voordelen. De Belastingdienst heeft in die maand een regeling ingesteld om het gebruik van de fiets als woon-werkvervoermiddel te stimuleren. Grote ruchtbaarheid werd er echter niet aan gegeven, vandaar dat de Rai Vereniging dat nu doet in de folder *Fiets & Fiscus*. Met deze brochure in de hand kunnen werknemers en werkgevers een financieel aantrekkelijk plan maken voor een fietsproject. De werknemer moet voor het project wel de reiskostenvergoeding inleveren om het project te helpen financieren. Maar daar staan allerlei fiscale voordelen tegenover. De werkgever kan het personeel een fiets cadeau doen of in bruikleen geven, een fiets van de zaak dus. Ook voor acces-

soires, zoals regenkleding en onderhoudsbeurten geldt een belastingvrijstelling.

Bestellen: de folder Fiets & Fiscus is gratis verkrijgbaar bij de Rai Vereniging, tel. 020-5491212.

CO₂-test

Vereniging Milieudefensie doet een goedkope aanbieding om thuis de eigen uitstoot van kooldioxide te berekenen. Voor vijf gulden kan een diskette met de *Persoonlijke CO₂-test* worden aangeschaft. De test bestaat uit een serie vragen op het gebied van afval, vervoer, voeding, consumptie en gas- en elektraverbruik. Na elke vraag en elke categorie geven de makers een tussenscore. Of de persoon die zich aan de test onderwerpt goed of slecht op weg is, geeft de test pas aan het einde van de vragenreeks aan. De bedoeling is uiteraard dat de eigen totaalscore beneden de score van de gemiddelde consument blijft. Die gemiddelde score ligt overigens rond de 8050 kilogram CO₂ per jaar. **Bestellen: maak f 5,- over op giro 102000 t.n.v. Milieudefensie in Amsterdam. Vermeld 'Energiediskette'.**

Met bijdragen van Koos Dijksterhuis, Rijkert Knoppers, Anneloe Rijpkema, Fleur Speet.

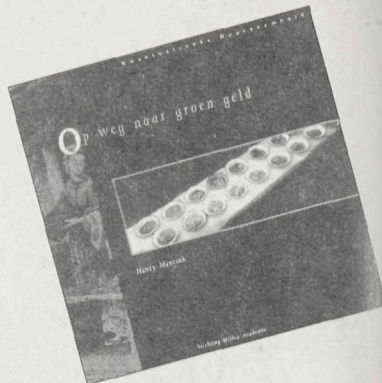
De prijs van rente

'Dit boekje vertelt het verhaal van Marijke Zilver, een Nederlandse vrouw die het als ondernemer tot miljonair schopt, maar aan het denken wordt gezet als ze met massa-ontslagen wordt geconfronteerd.' Na deze inleiding van *Op weg naar groen geld* verwacht ik een novelle, weliswaar een novelle met een boodschap, maar toch een no-

velle. Lijkt me leuk, want dat is eens iets anders dan het zoveelste welgemeende, gortdroge tractaat over de ellende in de wereld. Ik ben dus teleurgesteld als Marijke Zilver al in de derde alinea met de 'ontslagen wordt geconfronteerd'. Marijke verkeert niet eens zelf in de lastige positie van de directeur die werknemers moet ontslaan, nee, op tijd heeft zij haar bloeiende bedrijf verkocht.

Het is de nieuwe eigenaar die vijfduizend mensen ontslaat. Marijke verdeelt haar miljoenen over die werklozen en vraagt zich af of er geen economie kan bestaan waarin geld niet meer is dan een handig ruilmiddel. Ik heb dan twee bladzijden uit. De andere vijftig gaan over de voor- en nadelen van geld. Al is het dan geen novelle, gortdroog is de tekst beslist niet. Een financiële leek als ik kan het uitstekend volgen. Het grote bezwaar van onze monetaire economie is volgens het boekje de rente. Wie een bom duiten heeft, kan

luieren en ziet zijn kapitaal groeien dankzij rente. Wie geen geld heeft, moet het lenen om te investeren. Hij of zij moet niet alleen het geleende geld terug verdienen, maar ook de rente erover. Zo leidt rente tot groei-economie. Het boekje pleit voor de Local Exchange and Trade System



Een maand en een dag

Ken Saro-Wiwa werd op 21 juni 1993 gearresteerd in Port Harcourt, Zuidoost-Nigeria. Agenten brachten hem naar Lagos; een lange nacht in een minibusje over verwaarloosde hobbewegen. Koud in Lagos moest hij weer terug naar Port Harcourt. 'Omdat ik bang was voor nog zo'n autorit', schrijft Saro-Wiwa in *Een maand en een dag*, 'vroeg ik of we met het vliegtuig gingen. 'Nee', kwam het antwoord. 'Luister', bezwoer ik hem, 'als ik nog zo'n rit (...) moet maken ben ik halfdood. (...) Ik ben bereid voor iedereen een ticket te betalen, zodat we met het vliegtuig naar Port Harcourt kunnen'. Een ecologische fatsoensrakker was Saro-Wiwa beslist niet. En ofschoon de in november 1995 vermoorde Nigeriaan als milieu-activist bekend staat, was hij bovenal mensenrechten-activist voor de Ogoni, een volk wiens bestaan door het door Igbo, Yoruba en Haussa/Peul gedomineerde Nigeria bedreigd wordt. *Erectism*, etnische autonomie in een federale natie, is zijn ideologische antwoord op kolonialisme en onderdrukking binnen de landsgrenzen. Steeds hamerde hij erop dat van de miljarden oliedollars die Shell, Chevron en de Nigeriaanse elite aan het Ogoni-land hebben verdiend, geen cent aan de bevolking ten goede is gekomen. Integendeel, de pijpleidingen lopen dwars door Ogoni-dorpen en de omliggende akkers, lekkages zorgden voor verwoesting van land en water en het jarenlange affakkelen van enorme voorraden gas voor vervuiling van de lucht. De strijd voor de Ogoni werd steeds meer een ecologische strijd tegen de oliemaatschappijen. In de eerste en laatste hoofdstukken van *Een maand en een dag* doet Saro-Wiwa verslag van zijn arrestatie en de 31 dagen in gevangenschap. Daartussen blikt hij terug op de geschiedenis van zijn betrokkenheid bij zijn volk. Hij mobiliseerde de Ogoni met succes: de elite ondertekende het Ogoni-manifest, bijna het voltallige volk kwam op de been voor een demonstratie, massaal boy-



cotte men corrupte verkiezingen. Hij trok de aandacht van internationale mensenrechten- en milieu-organisaties. Shell trok zich terug uit het gebied. Het leverde Saro-Wiwa een geweldig aanzien op. Tot in de gevangenis toonden cipiers respect voor hem. Zo wist hij een eigen cel te regelen. Hij probeerde twijfelachtige Ogoni-leiders aan de goede zaak te binden door hen belangrijke posities te geven in de MOSOP (*Movement for the Survival of the Ogoni People*), maar herhaaldelijk pakte die strategie averechts uit.

Diverse stamhoofden die het Ogoni-handvest ondertekend hadden, brengen later een communiqué uit, waarin ze zich aan de kant van regering en oliemaatschappijen verklaren. De regering beschuldigde Saro-Wiwa en acht andere activisten van de moord op vier gematigde Ogonileiders, in mei 1994. Saro-Wiwa propageerde altijd het geweldloze verzet. Hij beschreef gematigde Ogoni niet als vijand; de vijand is de Nigeriaanse dictatuur en de uitbuiting en verwoesting van Ogoni door Shell en consorten. Bovendien bevond Saro-Wiwa zich volgens ooggetuigen op de betreffende dag niet op de plek van de moord. Niettemin kregen Saro-Wiwa en de acht andere Ogoni op 10 november 1995 de strop. Het boek is vlot leesbaar, op de vele handvesten en redevoeringen na, soms bladzijden lang, die Saro-Wiwa integraal heeft opgenomen, inclusief herhalingen en ambtelijke formuleringen. Maar verder is het een meeslepend document, waarmee Saro-Wiwa ongetwijfeld vele lezers voor de Ogoni-zaak weet te winnen. Shell heeft in mei gereageerd met de belofte olieverontreinigingen in het Ogonigebied op te ruimen.

KD

Een maand en een dag; notities uit de gevangenis, Ken Saro-Wiwa, NOVIB/METS/NCOS, Den Haag/Amsterdam/Brussel, ISBN 9053301739. Prijs: f 29,90/Bf 595.

(LETS). LETS is in diverse Nederlandse steden al een succes. Geld is in het LETS wat het moet zijn: een handig ruilmiddel. Je vangt geen rente over het betaalmiddel (noppes, foppen of hoe je ze maar wilt noemen). Daardoor ontbreekt de voortdurende dwang om uit te breiden. De noodzaak van overproductie en -consumptie vervalt.

KD

Op weg naar groen geld, Henry Mentink, Stichting Milieu Academie, ISBN 907511804X. Prijs f 15,-, bestellen: 0343-575833.



Ecologisch vakantie-festijn

Wie vakantie-neigingen heeft, kan van hartelust bladeren in de Vakantie-gids van het *European Centre for Eco Agro Tourism*. Een vakantie op de ecologische boerderij moet een waar festijn zijn voor de rust- en plattelandsliefhebber. Voor een lage prijs is te kamperen en vaak ook in een trekkershut of caravan te verblijven, op het terrein van een ecologische boer. De boeren hebben allemaal een kleine, maar complete voorziening. Vaak kunnen ecologische producten bij de boerderij gekocht worden, soms worden maaltijden geserveerd en in bijna alle gevallen is er een rondleiding, waarin het reilen en zeilen van de ecologische boerderij uit de boeken wordt gedaan. In de gids staan 25 boerderijen, die verspreid liggen over heel

Nederland. Een duidelijke routebeschrijving voor auto en openbaar vervoer begeleidt de informatie over de boerderij en de omgeving (sommige boerderijen, vooral die in het Noorden des lands, zijn slecht bereikbaar met het openbaar vervoer). Daarnaast worden ook boerderijen gepresenteerd die alleen eigen produkten verkopen en rondleidingen geven over hun erf gepresenteerd en is voor de smullende liefhebber een lijst met (vegetarische) ecologische restaurants toegevoegd.

FS

Vakantie op de ecologische boerderij, ECEAT, Postbus 10899, 1001 EW Amsterdam. Prijs: f 7,50. ISBN 9075050011. Er zijn ook gidsen van andere landen verkrijgbaar.

Italiaans spraakmakend

De Toscaanse sfeer druipt van de pagina's van het rijk geïllustreerde kookboek *De Italiaanse Keuken*. Het boek geeft fijne, makkelijke, vegetarische recepten. In het voorwoord wordt de voorkeur voor biologisch-dynamische en seizoensgroenten uitgesproken. Wel is het boek uitgegaan van seizoensgroenten uit Italië, waar kolen en bloemkool wintergroenten zijn en waar men jonge tuinboontjes in de lente oogst. Er worden voor Nederlandse begrippen spraakmakende combinaties gebruikt. Geen pasta of pizza met tomatensaus, maar spruitjes en



aubergine. Leuk is dat het kookboek veel oude boerenrecepten geeft. Spelt (een oude graansoort), gort, gierst, polenta, havervlokken, wortelsap en volkorenmeel passeren regelmatig de revue. Het stadje Lucca in Toscane schijnt een groot aantal speltrecepten te kennen.

De recepten zijn voorzien van een Italiaanse naam en een duidelijke ingrediëntenlijst. Ze zijn voor vier of meer personen, wat pas in de laatste zin van het boek staat! In de recepten komen kastanjes en kastan-jemeel voor, in Italië te koop in speciaalzaken. Of dit ook voor Nederland geldt, is de vraag. Toch is het een bijzonder kookboek, wat kan worden gebruikt als voorbereiding op een vakantie in Italië. En dan natuurlijk daar de ingrediënten kopen!

AR

De Italiaanse keuken, voor vegetarische fijnproevers. Door Emanuela Stucchi, Kosmos-Z&K Uitgevers, Utrecht/Antwerpen, 1996. ISBN 9021528061. Prijs f 39,-.

Stoelen en steppen van papier

Tijdens de jaarlijkse vergadering van de *International Solar Energy Society* (ISES), afgelopen jaar in de Zimbabweaanse hoofdstad Harare, was er een opvallende presentatie van een wat oudere man, die in de snikhete zon zijn produkten tentoonspande: zonnekooktoestellen, fruitdrogers en wateropwarmingsapparaten. In tegenstelling tot de glamour- en glitterpresentaties van de aanwezige reguliere fabrikanten van zonnecollectoren, waren deze produkten allemaal gemaakt van papier. De man in kwestie, Bevill Packer, heeft nu een handleiding geschreven hoe je van papier de meest uiteenlopende dingen kunt maken: stoelen, steppen, hoeden



en zelfs doods-kisten. Dat het materiaal in elk geval stevig genoeg is, toont één van de vele kleurenfoto's die het boek bevat: de auteur staat met twee andere mensen op een papieren tafeltje. De handleiding is een uitgebreide en vernieuwde versie van de oorspronkelijke, eerste editie uit 1989.

RK

Appropriate Paper-based Technology (APT), A manual, Bevill Packer, Intermediate Technology Publications, London, f 26,75. ISBN 1853392685. Te bestellen via uw boekhandel.

Regeladvertenties

CURSUS

STICHTING KOKOPELLI geeft cursussen om mensen te leren zorgen voor Moeder Aarde. Wij geven cursussen in overlevings- en natuur observatie technieken van de Noord Amerikaanse Indianen...zoals speerwinnen, vuur maken met de vuurboog, eetbare planten...en nog meer!! Bel ons voor informatie en/of de folder: 024-3582882.

Officiële PERMACULTUUR ONTWERPCURSUS door Patrick Whitefield (Engeland), gerenommeerd docent en auteur. Denken en doen in duurzaamheid en overvloed, het landschap lezen, je omgeving verlevendigen, Warmonderhof (Lelystad), 5 t/m 17 augustus, all-in maximaal f 1.075,-. Informatie: De Waard Eetbaar Landschap, 0299-684227.

29 juli - 2 aug.: 5-daagse 'survival': Kursus leembouwtechnieken (Francis van Oorschot) en keramiek (Ed Knops). In 30 ha. groot natuurgebied bij Arcen klei winnen en verwerken. f 475,- all in. Tel. 077-4672909. (Vervolg op pagina 50)

Eerste hulp met kruiden

Tijdens de vakantie een bloedneus, blaar, wespesteek of brandwond opgelopen? Met veel voorkomende, vers geplukte kruiden is het mogelijk eerste hulp te bieden. Pluk nooit meer dan nodig is; onze leefomgeving blijft kwetsbaar.

MIRANDA VAN DER STELT



Eik (*Quercus robur*)

De eik was vroeger een heilige boom en stond voor standvastigheid, kracht en moed. Trek van de jonge uitlopers thee tegen diarree. Drink daarvan twee kopjes per dag. Eikebladthee is een goed gorgel-middel bij keelpijn. Het beste werkt een eike-aftreksel bij uitwendig gebruik op bevroren delen, slecht genezende wonden, brandwonden, zweren en open voeten. Er zijn verschillende soorten eiken in Nederland. Allemaal zijn ze goed te gebruiken.



Kamille (*Matricaria chamomilla*)

Kamille in de vorm van thee of dampbaden is een bekende remedie bij griep en verkoudheid. De echte kamille, die in de kruidengeneeskunde het meest wordt gebruikt, onderscheidt zich van de andere kamille-soorten door zijn holle bloembodem. Snijd het gele bloemhoofdje dwars door en je ziet deze holte. Kamillethee van de bloempjes is inzetbaar tegen maagpijn, buikpijn, diarree, winderigheid en bij opkomende infectieziekten met koorts. Het kruid is pijnstillend. Bij kiespijn verlichten mondspoelingen met thee de pijn. Gebruik compressen van kamille bij ontstoken, pijnlijke en slecht helende wonden en



Klein hoefblad (*Tussilago farfara*)

Het gele bloempje van klein hoefblad is één van de eerste lentebodes. Pas na de bloei gaan de hartvormige en aan de onderzijde viltige bladeren groeien. Het groeit langs wegen, op stortplaatsen en in velden. Klein hoefblad is

Duizendblad (*Achillea millefolium*)

Duizendblad is een veelzijdig kruid dat in grasland en bermen voorkomt. De bloemen zijn wit tot roze van kleur. Duizendblad is goed tegen bloedsomloopstoornissen, zoals winterhanden of voeten, bij wonden, bloedingen en zweren. Maak compressen van het hele kruid, liefst als het net in bloei staat. Een duizendblad-compres verzacht ook gewrichtspijnen. De Engelse naam voor duizendblad is *nosebleed*: het versterkt de vaatwand en is bloedstelpend. Drink bij steeds terugkerende bloedneuzen drie kopjes thee per dag. Stop tijdens en na een bloeding een gekneusd blaadje in het neusgat. Bij spijsverteringsstoornissen als diarree en darmkrampen, kan duizendbladthee hulp bieden. Zet de thee in tegen griep en koorts.



vermoeide of ontstoken ogen. Kamille verjaagt vlooiën. Strooi waar de vlooiënconcentratie het hoogst is wat blaadjes, draag wat gedroogde kamille in je zak of in een zakje onder je kleren en drink er thee van. Je vindt het kruid op akkers, onbebouwde terreinen en in bermen in heel Europa.



Paardebloem (*Taraxacum officinale*)

Paardebloem komt overal voor. Er zijn verschillende soorten, die allemaal een vergelijkbare werking hebben. De goudgele paardebloem richt zich naar de zon en symboliseert een levenskracht- en hartstimulerende werking. Thee van blad en bloem helpt bij vermoeidheid en uitputting. In de kruidengeneeskunde gebruikt men paardebloem bij mensen die te weinig daadkracht hebben. Door gedurende een week 5 à 6 verse (bittere!) paardebloemstengels verspreid over de dag langzaam op te kauwen, wordt in je lichaam een soort grote schoonmaak op gang gezet. Je raakt afvalstoffen kwijt en de spijsvertering herstelt zich. Pas paardebloem uitwendig toe bij insectebeten, door het jonge blad te kneuzen tot er sap uitkomt. Breng dat sap verscheidene keren op de beet aan, tot jeuk en pijn verminderen.



Smeerwortel (*Symphytum officinale*)

Smeerwortel is een ruwbladige plant met wit tot paarse klokvormige bloemen. Het groeit vooral op vochtige graslanden en aan slootkanten. Het kruid is een uitstekend middel bij botbreuken, kneuzingen en slecht helende wonden. Graaf de dikke, slijmerige wortel uit. Doe dat voorzichtig, want hij is erg breekbaar. Was de wortel goed en snijd hem in dunne plakjes. Leg die op een doek en breng ze als omslag aan. Gebruik voor de omslag thee van de wortel door die een half uur in kokend water te leggen. Drink als ondersteuning elke dag één tot twee kopjes smeewortelthee.



Weegbree (*Plantago minor en major*)

Weegbree kan tegen een stootje. Je vindt het overal op en langs wegen. Gebruik per dag twee kopjes thee van weegbreeblad bij vastzittende

hoest, verkoudheid en oorontsteking. Druppel bij oorontsteking het verse sap in je oor. Dit werkt pijnstillend, weefselherstellend en gaat de ontsteking tegen. Verwen na een lange wandeltocht je vermoeide voeten met een weegbree-voetbad: zet sterke thee en giet die in een bak met warm water. Houd het water op een lekkere temperatuur, terwijl je met je voeten in de bak zit. Spoel met weegbreethee bij kiespijn. Gekneusde bladeren gebruik je als compres op bloedende wonden en steek- en snijwonden. Het plantje biedt eerste hulp bij brandnetelblaren, honde- en slangebeten en wespen- en andere insectesteken.



Zilverschoon (*Potentilla anserina*)

Zilverschoon groeit langs wegen en dijken, op vochtige ruigten en in weilanden. Het kruid heeft helder gele bloemen en kruipt over de bodem. De blaadjes zijn aan de onderkant zilverschachtig, vandaar de naam. De wortel gebruikt men tegen kiespijn, door er regelmatig op te kauwen. Thee van blaadjes of een aftreksel van blaadjes in melk is goed tegen maag- en darmkrampen of diarree, gepaard gaand met krampen. Omdat de plant samentrekkend werkt, wordt hij in de vorm van een compres van de thee gebruikt als wondmiddel: bij zweren, etterende wonden en bloedingen.

Compres aanbrengen

Kneus of hak het benodigde kruid fijn. Het sap moet eruit komen. Breng het in een zakdoek of theedoek op de aangedane plek aan. Ververs het compres twee tot vier keer per dag. Wat ook kan: bereid een afkooksel als thee (zie hieronder). Drenk na het afkoelen en zeven een doek in het afkooksel en breng die als omslag aan. Het eenvoudigste is het gekneusde blad over de aangedane plek te wrijven en dat steeds te herhalen.

Thee bereiden

Hak, knip, snijd of trek het kruid in kleine stukjes. Voor 1 kopje thee is ongeveer 2 theelepels vers kruid nodig, of 1 theelepel gedroogd. Giet kokend water op en laat het 5 tot 10 minuten trekken. Zeef daarna de thee en drink het met kleine slokjes. Het meeste effect bereik je wanneer je elk slokje even in je mond houdt. Drink drie kopjes verdeeld over de dag.

ILLUSTRATES MIRANDA VAN DER STELT

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 van tevoren. 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 HL Arnhem. Tel. 026-3812320. Voor muesliwalsen, 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, grijswaterfilter-systeem Ecosave, tel./fax 0321-332038. Werkdagen van 9.00 tot 12.00 u.

Dieren

Dierengezondheidszorg L. F. Mol, Grote Molenstraat 8, 5271 VW St Michiels-gestel. 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 024-3565588.

Elektriciteit, accu's, wind-energie, 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 voor tel./faxnummers Apparaten en machines)

Groente, fruit en tuin

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

Milieuvriendelijk tuinieren Bezoekerscentrum De Kleine Aarde, Het Klaverblad 1, Bostel (1 april tot 1 oktober elke dag geopend van 11.00 tot 17.00 u.). Tel. 0411- 684921.

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 fruitrassen.

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, 3e Hezewijkstraat 1-2a, 6542 JP Nijmegen.

Biologische landbouw Dienst Landbouwvoorlichting, afd. Biologische Landbouw, De Helling 15, 251 GH Dronten, tel. 0321-380007, fax 03210-18550.

Bouwen en wonen

Vereniging voor Integrale Biologische Architectuur (VIBA), Veemarktkade 8-B4, 5222 AE Den Bosch. Tel. 073-6216943.

De Kleine Aarde, Harrie Perebooms, tel. 0411-684921 (ma. van 9.00 tot 12.30 u.) Nederlands Instituut voor Bouwbiologie en Ecologie (Nibe), Postbus 229, 1400 AE Bussum, tel. 02159-48233. Van ma. t/m do van 9.00 tot 10.00 u. gratis telefonisch spreekuur voor korte vragen op het gebied van bouwen, milieu en gezondheid.
Verex Miljø, Postbus 48, 9285 ZV Buitenpost. Tel. 0511-542070. Voor vragen op het gebied van vocht- en zwamp Problemen in woningen en advies voor milieuvriendelijke oplossingen.

Timmerwerken Vof Varne, Postbus 5093, 1380 GB Weesp. (Varend timmerbedrijf).

Rietdekken Grietines Harms, Balloërstraat 7, 9451 AK Rolde. Tel. 0592-242800.

Milieu

Leidse Rechtswinkel, tel. 071-5141516 en 071-5121111, fax 071-5130775. (telefo-

nsche spreekuren op di. van 18.30 tot 20.30 u. en do. van 14.00 tot 16.00 u.)
Milieurechtswinkel Amsterdam, tel. 020-6233049 (telefonische en inloop spreekuren op di. van 18.00 tot 20.00 u. en do. van 14.00 tot 17.00 u.).
Milieurechtswinkel Rotterdam, tel. 010-4049668 (iedere di. telefonisch spreekuur van 10.00 tot 12.00 u.).
MilieuTelefoon, tel. 020-6262620 ma. t/m vr. van 9.00 tot 14.00 u., fax 020-6275287, tav MilieuTelefoon.

Promotie en public relations

Lidy Spannenburg, J.D. Huijbersstraat 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

Regeladvertenties

ECOLOGISCHE camping in Z-W Frankrijk gelegen aan prachtig riviertje. Voor rust en mooie wandelingen. Ideaal voor kinderen. Biologische produkten te koop op onze boerderij. Vraag de folder: Moulin de Liort, 12440 La Salvat Peyrales, Frankrijk, tel. 00-33-65818967.

In oude prachtig gelegen boerderij bij PERGOLA (regio Marche) te huur: appartementen, ingericht voor 2 tot 6 personen w.v. een met inval. voorziening. In maanden 8, 9, 10 zijn er nog enkele beschikbaar, w.v. 9 en 10 met flinke korting. Broch. met veel info op tel. aanvraag: 040-2265048 of 035-6913250.

Mas la Bauma, natuurlijk kamperen in de Catalaanse PYRENEËN. Een eigen vallei, zwempoeltjes, rust en ruimte in een schitterend wandelgebied. Voor informatie en reservering bel M. Souwer 020-6845590.

DWINGELOO (Dr.) Te huur sfeervol 6-pers. vakantiehuis. Schilderachtig gelegen. Uitzicht op de koeien. Tel. 0521-591317.
Te huur: THERAPIERUIMTE (40 m²) in bezinnings- en ontmoetingscentrum De Deur. Wij bieden de mogelijkheid tot verblijf, volledige verzorging en verschillende activiteiten (zoals mediteren, lichaamswork, biologisch tuinieren, schilderen, fietsen, wandelen). Voor informatie: Jacques en Ineke, tel. 0597-333290.

en adviezen op textielgebied in binnen- en buitenland.
Ineke Visser, Lekdijk 82, 2865 LE Ammerstol. Tel. 0182-352913.

Voeding

Ecologische voeding De Kleine Aarde, Anneloe Rijkema, ma., di., wo., vr. ochtend, tel. 0411-684921.

Geitekaas 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.

Sap Anshar van der Wielen (zie voor adres en telefoonnummer Apparaten en machines). Voor gespecialiseerde adviezen over tarwegras en vruchtesap.

In prachtig BERG- EN WANDELGEBIED (Alpe Vaudoises - Zwitserland) mooi gelegen appartement te huur (4 à 6 personen) in Alpe des Chaux, Grijon. Bereikbaar met openbaar vervoer. Tel. 0348 - 416037.

Te huur in MIDDEN FRANKRIJK, huis op het platte land. Slaapplaatsen voor 8 mensen. Keuken, badkamer, 5 kamers. Augustus 2000 fr., juni/juli 1500 fr., september 1250 fr. Susan Legge 00-33-55788748 (engels gesproken).

GRANDOLA VILA MORENA. Steun overleving van kleinschalige duurzame landbouw in Portugal. Groene culturele wandel- en paardrijtochten van boerderij naar boerderij in de Serra da Estrela. Beir Ambiente, tel./fax: 00-35-171224900.

DIVERSEN

DOLLY HOEVE, woonboerderij bij Assen, zomerprogramma: moestuin- en kluswerk, ontspanning en activiteiten als broodbakken, bewegingsexpressie, glasbewerking f 20,- per dag all in. Max. tien gasten. Folder 0592-291363.

TUIN

Bodemvruchtbaarheidsonderzoek met biologisch advies. Uitgebreid, incl. zuurstofvermogen. Vraag een monsternamen pakketje aan KOCH BODEMTECHNIEK (vh CBB) Deventer 0570-654420.



Vragen aan Anita Maas

Bestaat er gereedschap waarbij ik niet meer op de knieën hoef om onkruid te wieden?

Als u moeilijk kunt bukken, is verlengd tuingereedschap een uitkomst. Afhankelijk van welke onkruiden er uit moeten, zijn er verschillende hulpstukken in de handel. Er bestaat een verlengde onkruidtrekker, een handwieder die takken met doornen, bladeren, onkruid en andere voorwerpen pakt, een aspergesteker die geschikt is voor dieper wortelende onkruiden, en een weedkey, die onkruiden met een draaiende beweging uit de grond trekt. Bureau Aangepast Groen heeft uitgebreide informatie. Tel. 024-3974303.

Hoe krijg ik mieren mijn huis uit?

Vanwege de temperatuur wonen mieren graag onder plavuizen en andere stenen. Het is heel goed mogelijk dat ze een stoep of een drempel ondergraven en vervolgens de weg naar de suikerpot weten te vinden. Ze zetten een geurspoor uit en al gauw is er een mierenstraatje. Berg alle zoetigheid goed op. Weer mieren af met geuren waar ze een hekel aan hebben. Middelen die dergelijke geurende plantesappen of etherische oliën bevatten zijn Ecostyle-Fourmier, Elimier, Luxan Mieren-stop, of AA-Mierenweg. Als mieren binnenshuis iets lekkers hebben ontdekt, sprenkel dan wat vloeistof op die plaats en op de route er naar toe. Ondergraven ze het terras? Giet dan wat vloeistof in het nest. Overigens zijn mieren in de tuin eerder nuttig dan schadelijk. Ze verwijderen allerlei afval en insecten. De rode bosmier is een beschermde soort.

Moet ik 's zomers mijn fruitbomen snoeien?

Zomersnoei bij appels en peren is zinvol als er veel meeldauwtoppen zijn of als er veel nieuwe loten (waterloten) zijn ontstaan door sterke groeikracht. Ook kan er gesnoeid worden als de vruchten onvoldoende zonlicht krijgen onder de groene pruik van bladeren. De beste tijd om zomersnoei uit te voeren is als de nieuwe loten eind juli - begin augustus uitgegroeid zijn. Het snoeien in de volgende winter zal dan een stuk gemakkelijker gaan, omdat er al heel wat éénjarig hout verdwenen is.

Welke groenten kunnen nu nog gezaaid worden?

Behalve winterprei, sla, spruitjes, spitskool, boerenkool en savooie kool, is het verbazingwekkend hoeveel er nog gezaaid kan worden. Maar dan moet er wel genoeg plaats zijn in de tuin, want de vruchtwisseling moet niet in het gedrang komen. Sommige gewassen hebben speciale herfst- en winterrassen, bijvoorbeeld winterspinazie. 'Nateelten', die lang op het land staan, zoals koolgewassen, hebben extra mest nodig. De helft van de hoeveelheid mest die in het voorjaar gegeven is, is voldoende. Gewassen die eind juni nog de grond in kunnen zijn: herfstandijvie, late en winterbloemkool, bospeen, chinese kool, herfstgroenlof, knolvenkel, koolraap, herfstkoolrabi, kroot, postelein, pronkboon, raapstelen, radijs, rammenas, sla, snijbiet, snijboon, spinazie, slaboon, en waspeen. Exotische wintergroenten zoals mzuna en amsoi behoren ook tot de mogelijkheden. Meer informatie hierover bij Xotus, tel. 015-2146667.

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

Fluwijnen en auto's

Er moet nodig een euro-congres komen over de fluwijn. Dat is de mooie, vroegere naam voor de steenmarter. Wat foutief overgenomen uit het Frans, waar hij fouine heet, welk schoon woord ook snuffelaar, slimmerik en hooivork betekent.

Het vergader-onderwerp hoeft niet te gaan over uitbreiding of consolidatie van steenmarterpopulaties. In sommige landen blijft hun aantal op peil. Het is zelfs zeker dat er landen zijn - ook het onze - waar fluwijnen toenemen in aantal. Wel zal men kunnen praten over hun nieuwe voorkeursbiotoop. Vooral in steden en met name in nieuwe wijken vestigen zich de moderne steenmarters. Ze veroorzaken daar overlast van lawaai op zolders, want het zijn me donderjagers!

Bepaalde steenmarterbevolkingsgroepen zijn zó tijdsaangepast dat ze dol zijn op auto's. Vooral het deel onder de motorkap heeft hun voorkeur. Prachtig congres-onderwerp toch? Zo hedendaags... Steenmarters veroorzaken autoschade en autopech. Ze knabbelen kabeltjes en leidingen kapot. Niet alle steenmarters. Vooral de Duitse doen dat. Een autofabriek aldaar heeft er dan ook onderzoek naar laten doen. Maar het waarom is niet bekend geworden. De warmte? Zijn het misschien alleen de bravourachtige puberfluwijnen die graag wat kapotmaken? Mannetjes op het vrijerspad? Geurt een nog warmere automotor misschien net zo als een rivaal?

Wat zie ik aankomen? Fluwijnbestrijding natuurlijk. Want geloof maar niet dat er fluwijnvraatresistente of fluwijndichte auto's zullen worden ontwikkeld. Want wat schade doet, mogen/moeten we toch bestrijden, niet dan?

Zelfs de meest verstokte moestuinder wil wel eens met vakantie. Maar hoe moet het dan met de aardappels en de boontjes? Alice Bender geeft tips. Wie uitgerust thuiskomt, treft toch nog wat eetbaars tussen omhooggeschoten paardebloem en brandnetel.

ALICE BENDER

Met vakantie en de moestuin dan?

Het makkelijkst is een vriend of kennis zo ver te krijgen om op je tuin te letten. Al is het maar om bij grote droogte af en toe water te geven. Je kunt natuurlijk niet verwachten dat zo iemand voor je wiet. Aardbeien of tomaten oogsten is leuk, maar iemand enthousiast krijgen voor het zware werk is moeilijker.

Wie op vakantie wil, zal voorzieningen moeten treffen. De moestuin heeft in de zomer dagelijks aandacht nodig. Ga je een paar dagen of een week, dan is er geen probleem. Een langere vakantie, van pakweg drie of vier weken, kan in de warme zomermaanden een ramp veroorzaken.

Gelukkig is de ramp te voorkomen of te beperken wanneer je vooruit denkt. Ook een moestuin kun je tijdelijk verwaarlozen. Wroet in de weken voor vertrek niet te veel in de aarde. Niet spitten of planten, want door dat gerommel komt er onrust in de grond. Uit onderliggende grondlagen haal je 'onkruid'-zaden naar boven. Die kunnen tijdens de vakantie

heerlijk rustig kiemen. Bij terugkomst tref je een brandnetelbos, paardebloemenveld of andere ongewenst struikgewas aan. Netels en paardebloemen zijn eetbaar, maar het duurt lang voor de tuin weer in evenwicht is.

Wieden

Zorg dat de tuin vlak voor vertrek helemaal vrij is van ongewenste planten. Wied, schoffel en verwijder plantenresten voorzichtig maar zorgvuldig. Dat geldt ook voor de omgeving van de tuin. Staat er aan de slootkant zevenblad of een ander hardnekkig onkruid, maai dit dan enkele dagen voor je vertrekt. Doe je dat niet, dan zal het gaan bloeien en zich voordat je terugkomt over de hele moestuin hebben uitgezaaid.

Zodra je weet wanneer je wilt vertrekken, houd je rekening met de keuze van de groenten. Het heeft geen zin om drie weken voor vertrek nog even sla te zaaien. Houd er ook rekening mee dat in een warme zomer alles sneller kiemt en groeit.

Aardappels kunnen best enige weken zonder aandacht. Kies, voor zover je dat nog niet deed, voor een ras dat resistent is tegen aardappelziekte en andere kwalen. De enige vijanden zijn overvloedige regen en droogte. Aan het eerste kun je weinig doen, zelfs wanneer je thuis bent. Bij droogte kun je de eventuele oppas vragen om een paar keer water te geven.

Aardperen redden zich heel goed zelf. Probeer ze maar eens tegen te houden. Wanneer je bij het oogsten per ongeluk wat exemplaren in de grond laat zitten, kun je volgend jaar rekenen op een woud. Kies geen groenten die aandacht nodig hebben. Tomaten planten voor de vakantie geeft bijna zeker een mislukking. Je bent er immers niet om te dieven,



ILLUSTRATIES INEK TERSTAPPEN

Hoe bereid je de moestuin voor?

Niet doen:

- zaaien (groenbemesters uitgezonderd)
- uitplanten van jonge planten
- spitten of op een andere de grond aardlagen omgooien

Wel doen:

- goed wieden en schoffelen
- rond de tuin alles netjes achterlaten
- kale grond bedekken met mulch of compost
- vragen of iemand kwetsbare planten in droge tijden water geeft
- zoveel mogelijk oogsten en inmaken/drogen of invriezen
- lang van tevoren rekening houden met de vakantieperiode

water te geven en te plukken. Datzelfde geldt voor pompoen en komkommer.

Ui, prei, wortel en biet kunnen wel wat hebben. Droogte en wortelvlieg zijn de problemen waar ze misschien mee te maken krijgen. Die risico's kun je wel nemen. Pas combinatie-teelt toe om de schade door de wortelvlieg te beperken. Stel bladgroenten uit tot na de vakantie. Zeker snelgroeiende soorten. Wanneer de vakantie eind augustus afloopt, kun je ze beter helemaal vergeten. Uitzondering zijn een aantal min of meer exotische koolsoorten, die begin september de grond in gaat. Ook valt te overwegen om na thuiskomst kant-en-klare groenteplanten te kopen of te ruilen. Wie op een volkstuincomplex tuiniert, kan vast wel wat overnemen.

Groene deken

De tuin floreert beter wanneer er zo min mogelijk kale grond te zien is. Onbedekte grond is ontvankelijk voor door de wind aangevoerde zaden en droogt sneller uit. De voedingsstoffen spoelen er sneller uit weg. Een groene deken van groenbester of een lekkere warme mulchlaag is een goede oplossing. Groenbesters zijn de enige planten die je tot een week voor vertrek kunt zaaien. Kies bijvoorbeeld voor mosterd of phacelia. Deze methode is zeer geschikt voor kale groentebedden. Zodra je terug bent kun je de groenbester maaien en onderwerken (afhankelijk van de gekozen soort). Daarna is het bed gespreid voor de aanplant van groenteplanten. Wie na de vakantie iets wil telen dat relatief veel stikstof behoeft, kiest voor een vlinderbloemige groenbester. Rond planten die al in de tuin staan, kun je het beste een mulchlaag aanbrengen. Je kunt daarvoor turf of compost gebruiken. Fijne vakantie!

Bijzondere planten

Vijgen: heerlijke schijnvrucht

De vijg of *figus carica* is eetbaar en decoratief, maar is zelden te bespeuren in Hollandse en Belgische tuinen. Eigenlijk is dat gek. Ze zijn vers en gedroogd heel lekker en ze groeien prima in ons klimaat. Er is keus genoeg, want er zijn meer dan duizend soorten. Sommige zijn geschikt om te drogen, andere zijn vers van de struik het lekkerste. Denk overigens niet dat alle vijgen mierzoet zijn. De gedroogde vijg bevat zo'n

65 procent suiker. Een verse vijg maar 15 procent. De vijg is afkomstig uit de buurt van Afghanistan en Oost-Iran. We hebben het aan de Romeinen te danken dat deze plant naar onze contreien kwam. De vijg is een schijnvrucht. Wat wij als vrucht zien is de bloem die binnenstebuiten groeit. Voor de bevruchting van die bloem zorgt de vijgewesp. Elke vijgesoort heeft zijn eigen wesp, wat betekent

dat die wespen in zo'n duizend variëteiten bestaan. In ons land komen ze niet voor. Hier groeien soorten die *parthenocarp* zijn, wat wil zeggen dat ze voor de ontwikkeling van de vruchten geen wesp nodig hebben.

Vijgen kunnen best wat vorst hebben. Als ze maar goed beworteld zijn en er een mulchlaag rond de voet ligt. Mocht de plant bevroren, dan hindert dat niets.

Banaan: decoratieve parasol

Japanners kweken de tuinbanaan of *Musa basjo* voor zijn vezel. In Nederland is het een sierplant. Het eerste jaar kun je hem het beste als kuipplant houden, maar daarna kan hij de tuin in. Kies wel een beschutte plek. De bladeren beschadigen bij veel wind. *Musa basjo* kan vijf meter hoog worden. Je moet er dus wel ruimte voor hebben. Wie dat heeft, zit 's zomers in de schaduw van een eigen bananenboom. De banaantjes zijn niet eetbaar, maar door hun paarse kleurtje, wel decoratief. De verzorging is vrij eenvoudig. Vul bij het planten het plantgat met compost en bemeste tuinaarde. Geef tijdens de groei regelmatig mest bij. Breng een winterdek aan, wanneer de plant in het najaar bovengronds afsterft. Een dikke laag droog blad of stro of een dek van plastic folie is prima. Verwijder dit zodra het voorjaar aantreedt. De tuinbanaan bereikt elk jaar opnieuw een

formidabele hoogte. Een bijzondere sfeermaker en een alternatieve parasol. Hij is niet bij ieder tuincentrum te koop dus informeer eerst even.



Eerlijk duurt het langst!

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

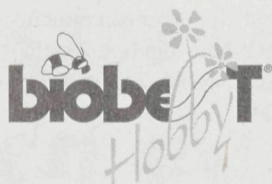
Bij Brimex gaat het om de inhoud,
niet om de verpakking!

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...

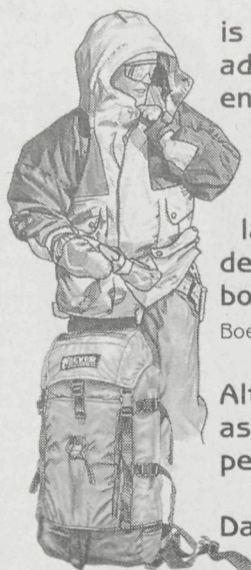
Dat betekent dat wij alle mogelijkheden kennen om uw geld
verantwoord en milieuvriendelijk te beheren. Wij werken met zowel
'groene' als 'gewone' beleggings- en verzekeringsprodukten
en geven daarover **onafhankelijk** advies.

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

Ons telefoonnummer is 020 - 622 99 06



HET GEHELE JAAR



is Bever Zwervsport het beste
adres voor al uw buitensport-
en kampeeruitrustingen:

tenten - rugzakken (150
modellen) - slaapzakken
kleding - bergschoenen -
laarzen - fietstassen - bran-
ders en 1000-den kaarten en
boeken (in onze boekenshop Bever
Boek & kaart - Den Haag)

Altijd dus een uitgekiend
assortiment en deskundig
personeel.

Dat is het verschil!

Voor info
en catalogus
070-3883700



Den Haag Calandplein 4 • Rotterdam A. de Ruyterweg 33-35
Utrecht Balijelaan 12 • Arnhem Utrechtsstraat 5
Haarlem Zijlweg 63 • Breda Wilhelminastraat 22
Apeldoorn Stationsstraat 134 • Hilversum Havenstraat 16
Bever Boek en Kaart Calandplein 4
Bike & Hike Centre, Steenwijk Woldmeentherand 11
Amsterdam Stadhouderskade 4

Unieke kampeervakantie in de Spaanse Pyreneeën



Op ons landgoed, gelegen in de uitlopers van de Spaanse
Pyreneeën (tussen het meer van Bañolas en Olot), vindt u
géén modern hotel of verwarmd zwembad. Wél bieden wij
een aantal ingerichte bungolowtenten, buiten gezichtsafstand
van overige gasten geplaatst te midden van de bossen en de
bergen van het 250 ha grote landgoed Manso Coguleras.
In de ongerepte natuur, bij het stromende water van de eigen
beek, omgeven door bloemen, kruiden, vlinders en vogels,
kunt u hier helemaal uzelf zijn, zonder taalproblemen. Een
eigen zwembad hoog in de bergen, een rit te paard en de
mogelijkheid om te blijven eten als u dat wilt, maken een
verblijf verder tot een unieke belevenis. Voor fl. 500,- per
bungalowtent per week bent u onze gast. Beperkte mogelijk-
heden eigen tent: fl. 250,- p.w.

Schrijf voor inlichtingen naar
Ineke de Winter
Elzenhof 3 4844 TA Terheyden
Telefoon 076-593 3006

DRUKKERIJ MACULA



Mooi drukwerk

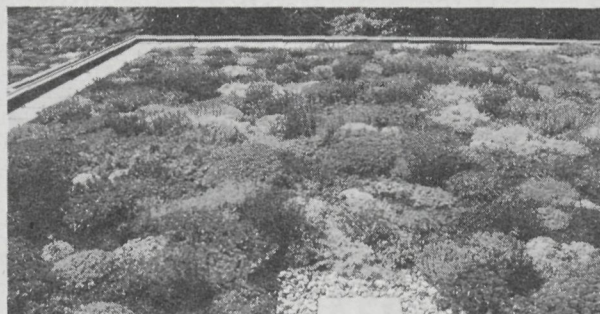
...is mensenwerk, met respect voor het milieu.

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:

EKOGRAS
dakbedekkingssystemen

Rozenbogerd 2
5301 KD Zaltbommel
Tel. 0418 - 512927
Fax. 0418 - 515277
Dhr. Hobo



Praktijk voor:

- * Integrale massage therapie
- * Voetreflexzonetherapie
- * Ontspanningsmassge

Vanaf september cursus
voetreflexologie

Marjan Heerkens
Mgr. Godschalkstraat 14
5275 BP Den Dungen
Tel.: 073 - 5943555

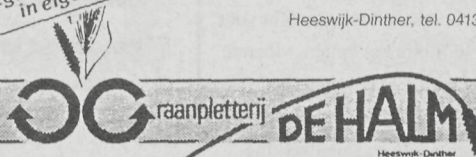


Graanvlokken van de Halm

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!



's Zomers een fijne koele, 's winters een zalig warme zolder met:



HOMATHERM®
cellulose isolatieplaten

'n produkt van



WARMTEPLAN

Kruisenkstraat 2
6971 BC Brummen
tel. (0575) 56 48 05

niet irriterend - brand- en geluidwerend - vochtregulerend - recycleprodukt

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

Ekologische Camping in prachtig rivierdal in Zuid-Frankrijk.



MOULIN de LIORT

Vraag onze folder

Moulin de Liort - 12440 La Salvat Peyralès
Frankrijk - Tel 00-33 65 81 89 67

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 bouw-aanvragen.



026 443 75 83

Wielakkerstraat 14 6811 DB Arnhem



CENTRUM DE DEUR voor persoonlijke ontwikkeling

Wil je gedurende een paar dagen of een paar maanden bezinnen over, op welk punt je bent aangeland in je leven en welke stappen je wilt zetten om op een bij jou passende manier verder te leven?

Dan ben je bij ons welkom.

Je kunt bij ons verblijven met de mogelijkheid tot deelname aan verschillende activiteiten zoals meditatie, psychotherapie, lichaamswerk, tuinieren, schilderen, dieren verzorgen en hout bewerken.

Voor info: Jacques en Ineke,
telefoon 0597-333290

Val Sinestra

Vroeger Kurhaus in het Untergadin, nu Nederlands pension. Veel ruimte, rust en wandelmogelijkheden. Rijke flora. Verrassend lekker (ook vegetarisch) eten, gezellige ongedwongen sfeer. Voor enkelingen, groepen, families. Voor kinderen korting en speciale weken.

Een 2-weekse busreis v.a. Arnhem SFr. 730,- p.p. incl. volpension.

In de winter speciale ski-, langlauf- en snowboardweken met gratis les.

Kruit vakantiehuizen naar Graubünden,
Val Sinestra 7554-Sent, tel. 0041-818663105
Info Nederland 0525-662252

DULLER-WINKELS

Natuurverf & decoratie

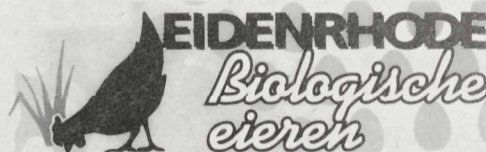
Amsterdam, Amersfoort, Leiden,
Utrecht, Zutphen: 0575-542327
Friesland, Groningen
058-2501456

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 impregneerolie, bladgoud, spons en depverf, milkpaint, glaceerverf, 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:

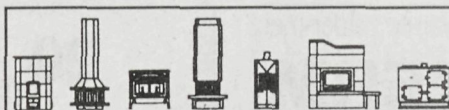
DULLER DE VERGULDE KWAST
westerkade 19, 3511 HB, Utrecht
Tel: 030-2340615



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



BOS
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 76

DE RIT DEMETER DEEGWAREN

- * Demeter Italiaanse harde tarwe
- * 90% volkoren
- * 4 heerlijke soorten:

Gnochini
Macaroni
Spaghetti
Spirelli



DE RIT NATUURPRODUKTEN ZOELN TEL. 0344-681653

MEER BELEVEN IN MINDER KILOMETERS

Per fietsbus? Naar 117 bestemmingen vanaf f 205,=.
Verzorgde **fietskampeervakantie** (groep) of **hotelvakantie** (individueel).
Tientallen mogelijkheden in binnen- en buitenland.

Fietskaart, fietsroute of reisgids?

Het grootste assortiment voor de fietsvakantieganger!
Bel voor de brochure, of beter nog: kom langs!

BIJZONDER
FIETSVAKANTIEWINKEL

Hét reisburo voor uw fietsvakantieplezier!

Spoorlaan 19, 3445 AE Woerden, 0348 421844



WINKELS VOOR NATUURLIJK WONEN

DE BUNDEL

WOONWINKEL

WIELAKKERSTRAAT 14 / 026-3510204

ARNHEM

DUBOMAT

050-5490449

GRONINGEN

ATRIUM

DAALSEWEG 109 / 024-3234541

NIJMEGEN

VAN BINNEN

OVERS. DORPSSTR. 68 / 010-4370563

ROTTERDAM

TREPEIN

BLOEMENDALSESTR 53 / 033- 4759565

AMERSFOORT

10%

KORTING OP MUURVERF

BIJ INLEVERING VAN DEZE ADVERTENTIE

MILIEUVRIENDELIJK BOUWEN EN WONEN BEGINT

BIJ U THUIS. EEN GOED ADVIES BEGINT BIJ **DE BUNDEL**

Zelf uw afvalwater zuiveren!



ECOFYT

HELOFYTENFILTERS

ONTWERP & AANLEG

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

voor meer informatie of brochure:

HOOLKOT 5 5688 JA OIRSCHOT

TEL/FAX: 0499-574093

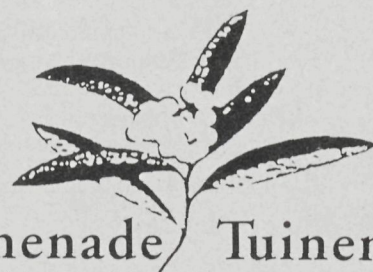


Gespecialiseerd in bijzondere fietsaccessoires
en transportsystemen op menselijke energie.



Alles kan op de fiets !

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



Van Kemenade Tuinen
gespecialiseerd in ecologische tuinaanleg

Natuur dichtbij huis

Bel of schrijf voor de folder:

Zaaiersweg 129, 1097 SR Amsterdam, Tel/Fax (020) 692 86 22



Vlot spreken

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

KE

BON voor gratis prospectus

Naam

Adres

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

ECOSAVE

Importeur v.h. Clivus
Multrum komposttoilet voor
woningen en kleinere voor
caravans / tuinhuisjes
Clivus grijswaterzuivering.
Waterbesparende specialist
douchekoppen, kranen e.a,
Noorderbaan 25 8256 PP
Biddinghuizen

178 / JUNI - JULI



Van Geurmeesters tot Gnosis

Nu met o.a.:

- Het verborgen Rijk van Ming in de tuinen van Haren
- Het dierenorakel van de Druiden
- Autosuggestie en Jomanda
- Robert Anton Wilson over Internet, Nanotechnologie en LSD
- Wandelaars voor de vrede

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

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



Plaggenhutten 4 p.

Appartementen 4 + 6 p.

Kleine gezinscamping

Slechtweer accommodatie

Finse sauna.

Boyl Fries / Drentse grens 0561 - 421796

Verblijven in Frankrijk

De franse taal leren. Een tijd in een andere omgeving verblijven.
Voor jongeren ook mogelijk (vrije) school te bezoeken. Bij nederlands gezin op biologische boederij/gastenverblijf in midden-Frankrijk.
Tevens vrijwilligers/ klussers gevraagd.
Veel renovatiewerk.
Kombinatie vakantie/ werk mogelijk.
La Trolière. F 03210 Autry Issards
Tel.: 00 33 70436212

NU meer dan ooit is het van belang in de landbouw tot een duurzaam vruchtbare relatie met de aarde te komen. De biologisch-dynamische landbouw werkt daar keihard aan. Het resultaat ligt dagvers in de natuurvoedingswinkel en op boerenmarkten in het hele land. Biologisch-dynamische landbouw is moderne landbouw in volle ontwikkeling, al 70 jaar. De Vereniging voor biologisch-dynamische landbouw schept daar voorwaarden voor. Steun haar, door lid te worden voor f 35,- per jaar.

NU word ik lid van de Vereniging voor Biologisch-dynamische landbouw

Naam

Adres

Postcode

Plaats

Sturen naar
Antwoordnummer 1314
3970 WB Driebergen
Of ik bel direkt: (0343) 53 17 40



Vereniging
voor
Biologisch-
dynamische
landbouw

HANGMATTEN

uit Mexico, Brazilië en
Colombia,
voor binnen en buiten

eigen import
tevens groothandel:

Firma Hoog
Wijksestraat 41
6617 BZ BERGHAREN
Tel/fax.: 0487 - 531429

Van baby- tot familiehangmat, authentiek Indiaans, 100% katoen



ROVER

VERENIGING

U pakt het openbaar vervoer.
Dat is beter voor het milieu.

Word dan ook lid van ROVER:
voor beter openbaar vervoer.

Exclusief en gratis voor leden:
informatie over buitenlandse treinreizen.
Julianaplein 14d, 3817 CS Amersfoort
tel. (033) 465 54 14, fax (033) 465 64 99

REIZIGERS OPENBAAR VERVOER



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

HET KRUIDENRIJK
lezen zoekt kwaliteit
Burg. de Ruyterstraat 30
5076 GB Haaren (NBr)
Tel: 0411-623246

VAKOPLEIDING
KRUIDENGENEESKUNDE

Aanvang: sept. 1996
Duur: max. 3 jaar
Plaats: Tilburg
Frequentie: 32 dagdelen
Lestijden: dinsdagmiddag
of donderdagochtend
Kosten: 1e jaar f.975,-
Informatie:
Brochure op aanvraag

Meer weten
over de
advertentie-
mogelijkheden!

BEL

Heleen Petter

0411-68 4921

BIESBOSCH

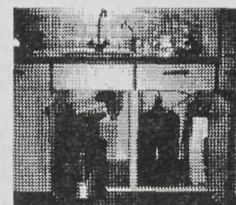
Rondvaarten met fluisterboot,
die vaart op zonne-energie.
Geniet van water, moeras,
kijk naar bevers, planten,
vogels!

Afvaart vanuit Hank.
Prijs f 17,50 pp. voor tocht
van 4 uur.

Informatie & reserveringen:
Frans Peeters, 0162-403666

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. Onzuiver-
heden worden door het riool afgevoerd.



- ☛ Zuivert op moleculaire schaal waardoor een zeer hoge zuiverheidsgraad 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, vruchtensap-
machines, bessenmolens, 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 **duurzame** **energie** jaarabonnement op

Naam:

Adres:

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

Zonder „Duurzame Energie” valt er niet meer te leven

11 NAAST DEKVERF, BEITS, MUURVERF EN VLOERPRODUKTEN

SPECIEKE TOEPASSING

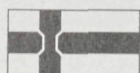
AURO

NATUURVERF

TEL 035.6945717

HEEFT AURO-PRODUKTEN

DE MET WATER OF CITRUSOLIE VERDUNBAAR ZIJN. VOOR



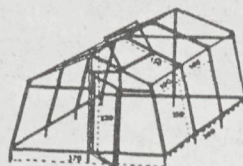
FINN-LOGS

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



HOUTEN BROEIKASSEN

Demontabel, met nylon gewapend kasfolie. Geheel compleet! In iedere gewenste maat! Het hout is op milieuvriendelijke wijze geïmpregneerd. Prijsvoorbeeld: 370 x 300 x 220: f 695,-

Meytuins beroemde voorzaibakken. Ook als stekbak! f 29,50

HET VERZENDHUIS

Verder hebben wij nog meer dan 100 verschillende slimme tuinartikelen, o.a. folietunnels, milieuvriendelijke mollenverjagers, tomaten-klemmen, -touw en -hoezen, kaswatersets, composters, steunringen, stokken.

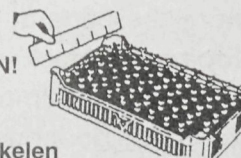
VRAAG NU DE NIEUWE GRATIS CATALOGUS 1996 AAN!

MEYTUIN

Verzendhuis in slimme tuinartikelen

Tel.: 0165 54 10 27, Fax: 0165 55 03 19

Postbus 1800, 4700 BV Roosendaal



SLIMME TUINARTIKELEN

MEYTUIN voor de MOESTUIN

Sous le Soleil
nieuwetijds winkel

1001 zinnvolle kado's

NEW AGE EN ONTSPANNENDE MUZIEK

ESOTERISCHE BOEKEN, POSTERS EN KAARTEN

WIEROOK, MASSAGEOLIEN, PENDELS, TAROTKAARTEN EN BACHREMEDIES

HOPI EN NAVAJO SIERADEN

Oudegracht 207
(bij de hamburgerbrug)
3511 NH Utrecht
tel. 030 - 2318233

De kunst van het vissen



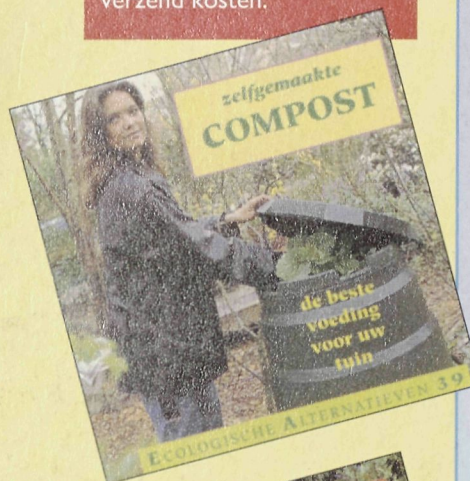
Terwijl hij doende was in zijn atelier, hoorde Ton Verstraten op de radio *Give the man a fish* van Arrested Development. Hij toog aan het werk en maakte dit schilderij. Wie goed kijkt, ziet een visser en een hengel waaraan meerdere vissen bungelen. 'Als je iemand een vis geeft, heeft hij alleen vandaag iets te eten', verklaart Verstraten. 'Morgen is de vis echter weer op. Maar als je iemand leert vissen, kan hij zelf in zijn onderhoud voorzien. Daar heb je tenminste iets aan.'

Werk van Ton Verstraten is van 15 juni tot 15 september te bezichtigen bij De Kleine Aarde, Klaverblad 1, Boxtel.

Van De Kleine Aarde

VERWERK DE ZOMEROOGST!

Bestellen? Gireer het juiste bedrag naar giro nr. 52730 t.n.v. De Kleine Aarde Bortel, o.v.v. de gewenste titel(s). Voor België is het giro nr.: 000-1137770-57. Alle prijzen zijn inclusief verzendkosten.



JAM maken zonder suiker
De frisse smaak van vruchten
36 p., geill., ISBN 90 6454 267 8
f 10,50/ Bf 210



INMAKEN & bewaren van groente en fruit
Een winter voorraad van zomerovervloed
36 p., geill., ISBN 90 6454 267 8
f 10,50/Bf 210



SAP maak je natuurlijk zelf
Van limonadesiroop tot bramen-whiskey
36 p., geill., ISBN 90 6454 267 8
f 10,50/ Bf 210

Zelfgemaakte COMPOST de beste voeding voor uw tuin

Praktische handleiding met alles over compost
48 p., geill., ISBN 90 6454 291 0
f 13,-/Bf 260

De natuurrijke tuin

Uw tuin met minimaal onderhoud een lust voor het oog!
48 p., geill., ISBN 90 6454 290 2
f 13,-/Bf 260

De Kleine aarde Kok - ecologische recepten voor kinderen

Zelf ijslolly's maken? Een picknick verzorgen? Kastanjes poffen in een kampvuur? De leukste en lekkerste vakantie-recepten vind je in dit kinderkookboek.
48 p., geill., ISBN 90 6454 5197
f 21,50/ Bf 430



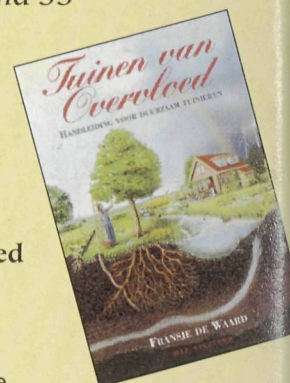
VERHALEN- WEDSTRIJD

*Doe mee aan de
Groene Gekken
Rally! Zie p. 19*

SPECIALE LEZERS- AANBIEDING!

*Lees de voorpublicatie
op pagina 33*

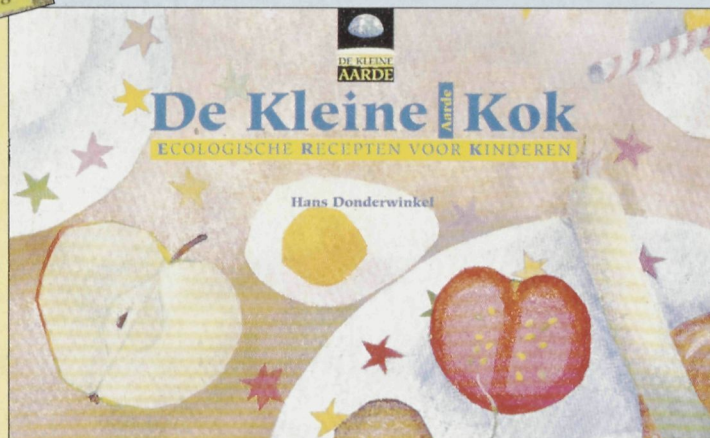
Zeer bin-
nenkort
verschijnt:
**Tuinen
van
Overvloed**



Het eerste Nederlandstalige boek over permacultuur. Alles over achtergronden en praktijk van de jungletuin. Altijd is er wel iets rijp, in bloei en eetbaar in dit bonte eco-systeem dat zichzelf gezond en vruchtbaar houdt. Benieuwd naar deze super-ecologische tuinier-techniek? Donateurs van De Kleine Aarde kunnen dit standaardwerk van Fransje de Waard nu bestellen. De Kleine Aarde betaalt de verzendkosten. U krijgt het boek na verschijning direct toegestuurd. ± 200 p., geill., Het Spectrum, ISBN 90 274 4755 1

f 55,90/ Bf 1118

Voor Kleine Aarde-donateurs:
f 49,90/ Bf 998



8 710206 203908