

De Kleine aarde

Zomer 2008
nr. 145 € 4,25

Dit magazine is klimaatneutraal! **hier**

Reportage:

**Herman den Blijker
schopt 'Herrie' bij
De Kleine Aarde**

Culinair:

**Eten op de
camping**

De Voetafdruk van

Midas Dekkers



8 710966 126486

45 >



Lekker weer!

Zomer!

Heerlijk genieten van lekker weer en buiten eten. In dit nummer vindt u daarvoor volop inspiratie: maak een mooie wandeling, boek een picknick-fietstocht, ga oogsten uit uw eigen moestuin of maak een culinair eenpansgerecht voor op de camping.

Ook het Eco-park van De Kleine Aarde biedt nieuwe mogelijkheden voor culinair genieten. Kom dineren in het geheel vernieuwde Eco-café!

En noteer alvast de datum van Culinaarde in uw agenda. Dit culinaire evenement voor smulpa-pen en fijnproevers vindt dit jaar plaats op zondag 28 september. Tot ziens in het Eco-park!





Lekker weer!

Zomer!

Heerlijk genieten van lekker weer en buiten eten. In dit nummer vindt u daarvoor volop inspiratie: maak een mooie wandeling, boek een picknick-fietsstocht, ga oogsten uit uw eigen moestuin of maak een culinair eenpansgerecht voor op de camping.

Ook het Eco-park van De Kleine Aarde biedt nieuwe mogelijkheden voor culinair genieten. Kom dineren in het geheel vernieuwde Eco-café!

En noteer alvast de datum van Culinaarde in uw agenda. Dit culinaire evenement voor smulpa-pen en fijnproevers vindt dit jaar plaats op zondag 28 september. Tot ziens in het Eco-park!

LEZERSSERVICE

Hebt u vragen over uw Vriendschap of abonnement? Wilt u zichzelf of iemand anders opgeven als nieuwe Vriend of abonnee? Neem dan contact op met onze lezersservice.

Lezersservice De Kleine Aarde

Postbus 151
5280 AD Bostel
Tel. (0411) 68 49 21
Fax (0411) 68 34 07
E-mail: lezersservice@dekleineaarde.nl

Bij een minimumdonatie van € 30,- per jaar wordt u automatisch **Vriend van De Kleine Aarde**.

Als Vriend geniet u vele voordelen: u hebt steeds – samen met één introducé – gratis entree tot het Eco-park (ook tijdens evenementen) en u ontvangt 10% korting op overnachtingen in onze comfortabele hotelkamers. Ook bij het boeken van workshops en cursussen krijgt u 10% korting. Een **abonnement** op het magazine kost € 17,- (2008) per jaar. Een Vriendschap of abonnement loopt automatisch door. Opzeggen (uitsluitend schriftelijk) minimaal twee maanden voor afloop van de periode, zowel bij een Vriendschap als een abonnement.

De Kleine Aarde wil zoveel mogelijk mensen inspireren tot een duurzame leefstijl.

Magazine *De Kleine Aarde* verschijnt viermaal per jaar. Columnisten schrijven onder eigen verantwoordelijkheid. Hun mening dekt niet noodzakelijk die van De Kleine Aarde.

De Kleine Aarde gaat ervan uit dat het aanbod van adverteerders aansluit bij de missie van De Kleine Aarde. Zij is niet verantwoordelijk voor het aanbod van haar adverteerders.

hier

Dit magazine is klimaatneutraal! Het is gedrukt op 100% kringlooppapier. De energie die nodig is voor de productie wordt gecompenseerd door het planten van 60 bomen per editie.

Redactie:

Ko de Zeeuw (uitgever), Heleen van der Sanden (hoofdredacteur), Liesbeth Bogers, Iris Huizing, Jacqueline van Zeist

Eindredactie: Anja de Zeeuw

Omslagfoto: Stefan Prinssen

Aan dit nummer werkten verder mee:

Margot Berends, Vellah Bogle, Femke Broeders, Flip van Doorn, Vera Greutink, Katja Hansma, Petra van Heijningen, Ronald Hoeben, Sabine Horsting, Jan Juffermans, Romke van de Kaa, Machteld Klees, Raissa Luif, Christine Luiten, Maïke Nelissen, Marion Pluimes, Stefan Prinssen, John van der Rest, Roos van der Sanden, Eric Schoones, Leonie Vink, Rolf Weijburg

Advertenties: Heleen Petter, tel. (0411) 68 49 21

De Kleine Aarde

Postbus 151, 5280 AD Bostel
Tel. (0411) 68 49 21, fax (0411) 68 34 07
E-mail: info@dekleineaarde.nl
Internet: www.dekleineaarde.nl
Bezoekadres: Het Klaverblad 1, 5283 TV Bostel

Vormgeving: Quadro Vormgevers, Oss

Druk: Incido, Uden

Distributie: Betapress, Gilze

Uitgave: Stichting De Kleine Aarde

Auteursrecht: De Kleine Aarde 2008

ISSN 0166-3704



De Kleine Aarde is een van de goede doelen van de Nationale Postcode Loterij.

IN DIT NUMMER:

THEMA: (H)EERLIJK ETEN

VoedselVoetafdruk wijst de weg	10
Herrie in het Eco-café	13
Dineren bij De Kleine Aarde	19
Picknick op de fiets	20
Eigen biowinkel aan huis	22
Moestuin in het bos	24
Culinaarde 2008	26



10

COLUMNS

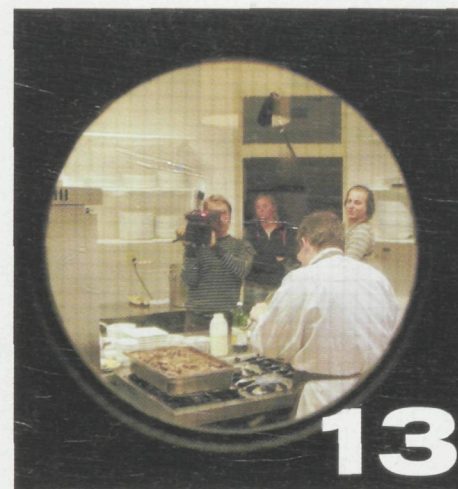
Petra van Heijningen	21
Romke van de Kaa	66

RUBRIEKEN

Brieven van lezers	4
Uit 't nieuws	6
Gezien: Slim bekeken	8
Mooi Goed	28
Nieuws van De Kleine Aarde	34
Koken met Christine	35
Activiteitenkrant	37
Servicepagina	43
Regeladvertenties	45
Mensen & Mogelijkheden	45
De Voetafdruk van Midas Dekkers	46
De Mondiale Voetafdruk in het kort	50
Doen & laten	50
(H)eerlijk eten: koken op de camping	56
Biolunch getipt	61
Tuinieren voor groentjes	68
In Groene banen	72
Gelezen	78

EN VERDER...

Nieuwe subsidie duurzame energie	30
Meewind: je eigen windpark op zee	32
The Small Earth Nepal	33
Groente voor het mooi	62
Duurzame software in de tuin	64



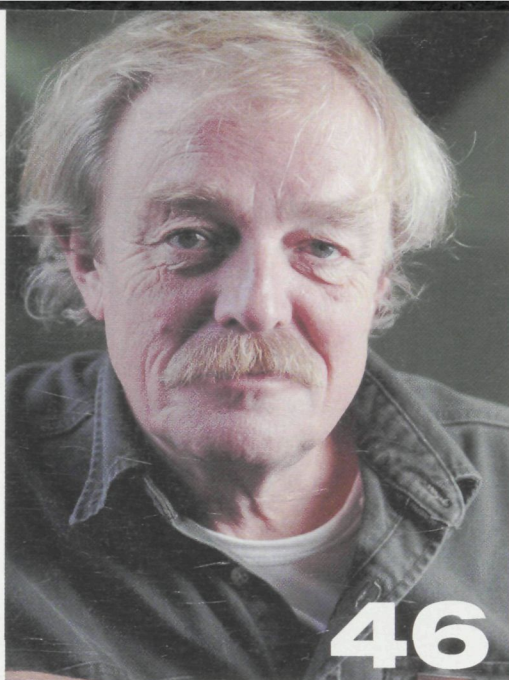
De metamorfose van het Eco-café



Gezien: Slim bekeken



Software in de tuin



De Voetafdruk van Midas Dekkers



Koken op de camping



In Groene banen: struinen in Hoek van Holland

Luilekkerland

Eten en drinken vallen onder de basisbehoeften. Hier in het Westen verkeren wij in de gelukkige omstandigheden dat we dat meestal nauwelijks meer beseffen. Basisbehoefte? Eten moet vooral lekker zijn, liefst ook makkelijk te bereiden en niet te duur. En we willen zoveel mogelijk eten van dingen waar we volgens de reclame niet dik van worden. Keuze is er in overvloed. Zelf kom ik niet vaak in de winkel: ik heb een groenteabonnement en een partner die meestal de boodschappen doet. Ik voel mij dan ook al snel een buitenaards wezen als ik toch in de supermarkt beland. Niet gehinderd door enige routine zoek ik mijn weg door luilekkerland en raak overdonderd door de keuzemogelijkheden. Ik doe het al beter in de plaatselijke natuurvoedingswinkel. Ook daar is keuze te over, maar op een schaal die ik beter kan overzien.

Maar het liefste ga ik helemaal niet naar de winkel. Het allerliefste blijf ik gewoon thuis. Ik heb mijn kantoor aan huis, en kijk vanaf mijn werkplek op de achtertuin. Die is niet groot, maar toch hebben daar meer en meer stoeptegels plaatsgemaakt voor een groentetuintje en een kruiden-vierkantemeter. Het is mijn paradijs. Een keer per jaar doe ik het soort boodschappen waar ik gek op ben: ik koop plantjes op de markt. Verschillende tomatenrassen, allerlei soorten pepertjes, paarse paprika, kleuter-rucolaplantjes: hoe gekker hoe beter. Ik verlekker me bij de displays met kleurige zadenzakjes en stel me voor dat al die kleurige plaatjes straks 'in het echte' in mijn tuintje verschijnen. Als een kind zo blij laad ik mijn fiets vol met tasjes plant, en ga vervolgens lopend naar huis omdat er op die fiets geen plaats meer is voor mijzelf.

Ik graaf, plant en sjouw met gieters, waarna het goed rusten is. Vervolgens drink ik als het even kan elke dag mijn koffie buiten, met zicht op mijn oogst in wording. En als dan het eerste tomaatje rood is gekleurd, de rucolablaadjes geplukt kunnen worden: triomf! Er gaat niets boven een zelfverbouwd en versgeogst maaltje. Dat komt niet alleen door de smaak maar vooral ook door het besef van het mirakel dat ik onder mijn ogen zag geschieden. Zo'n dapper miniplantje dat binnen de kortste keren uitgroeit tot een wonder van vernuft, en ook nog heerlijk voedsel produceert, als dank voor wat aandacht, grond en water.

Voor mij voorziet dat zelfgeogste tomaatje in een basisbehoefte: niet alleen vult het mijn maag, maar het maakt mijn hele wezen vrolijk, doordat ik dat plantje zelf in de grond heb gestopt en heb verzorgd.

Ik wens u veel plezier en inspiratie met dit nummer van *De Kleine Aarde*, met daarin extra aandacht voor (h)eerlijk eten, als het even kan uit eigen tuin.

Heleen van der Sanden
Hoofdredacteur

BRIEVEN

VAN LEZERS

Wij zijn benieuwd naar uw reacties op ons magazine. Stuur uw brieven voor 15 juli naar: Postbus 151, 5280 AD Boxtel of naar redactie@dekleineaarde.nl
(De redactie behoudt zich het recht voor brieven in te korten of niet te plaatsen.)



Een wereld te winnen

De stelling 'Meervoudige winst is winst voor de wereld' (DKA, lentenummer) van mevrouw Rakhorst is een idealistische - maar geen realistische stelling meer. De Noord- en Zuidpool smelten in *no time* weg en ondertussen vergaderen, schrijven we dikke boeken vol (...) en praten we ons suf

tot we met onze enkels in het water staan. Alles is gezegd en we weten genoeg: het is vooral tijd voor actie. In dit kader verwijs ik naar onze advertentie over een ecologisch dorp in de Negevwoestijn in Israël (zie Mensen en mogelijkheden, pagina 45. Red.).

Ing. J. M. Markus, MTA

Wanhoop

Jullie 'magazine' ziet er mooi uit. Toch ben ik het wel eens met de briefschrijver Jan Eggens in het lentenummer: het blad gaat geleidelijk aan lijken op elk ander 'Buitenleven Magazine'. veel mooie foto's en veel kleurrijke advertenties. Er is helaas nog een punt waar het blad gaat lijken op vele andere "magazines" met nieuwe vormgeving: de leesbaarheid is hier en daar slecht. Het gaat dan niet om een bril die sterkere glazen nodig heeft. Het gaat om het feit dat bij het ouder worden de mensen een sterker contrast nodig hebben tussen de kleur van de letters en de achtergrond. Vormgevers zijn vaak jonge mensen en zij kennen het probleem niet. Redactieleden zijn in de regel ook nog geen 60 en zeker geen 65 jaar. Maar ouderen die nog gewoon een dagblad kunnen lezen en

na een oogtest gewoon een rijbewijs kregen zouden ook 'gewoon' jullie magazine moeten kunnen lezen zonder recht onder een lamp van 100 watt te moeten gaan zitten. De Kleine Aarde heeft veel oudere donateurs die al heel lang een band met De Kleine Aarde hebben. Drijf hen niet tot wanhoop met een slechte leesbaarheid van het blad.

Rix Kijne, 'Donateur voor het leven'

Wij nemen uw noodkreet ter harte! Red.

Babydragers

In het lentenummer van *De Kleine Aarde* las ik een stukje over een 'nieuw' product: de babydraagdoek van ecokatoen. Wij verkopen meer dan 10 jaar allerlei draagdoeken en draagzakken van ecokatoen. We verkopen niet alleen via internet, maar ook via verkooppunten in het hele land, waardoor jonge moeders en vaders ook op weg worden geholpen met hun nieuwe aankoop. Onze ervaring is dat er dan veel minder dragers ongebruikt in de kast belanden. Meer info op www.hechteband.nl en www.beginnings.org

Rachel Verweij, Boxtel

Winnaars bij De Kleine Aarde...



OP ZONDAG 20 APRIL OVERHANDIGDE EEN VERTEGENWOORDIGSTER VAN HET PRINS BERNHARD CULTUURFONDS EEN CHEQUE TER WAARDE VAN € 7.000 AAN DE KLEINE AARDE. DE SUBSIDIE WERD TOEGEKEND VOOR TWEE PROJECTEN: HET BEWAARDE LAND (WWW.HETBEWAARDELANDBRABANT.NL) EN DE VAKANTIEVOETAFDRUK (WWW.VAKANTIEVOETAFDRUK.NL)



EVENEENS OP ZONDAG 20 APRIL WERD DOOR DE KLEINE AARDE EEN BIJZONDERE KLIMAATPRIJS UITGEREIKT AAN DE PRIJSWINNAAR VAN HET KLIMAATPROJECT LIVE COOL (WWW.LIVECOOL.NL). DE HEER R.J. DANIELSE UIT WEST-SOUBURG KREEG EEN COMPLEET ZONNESYSTEEM AANGEBODEN VOOR HET DAK VAN ZIJN HUIS, INCLUSIEF MONTAGE EN SERVICE. DE PRIJS WERD BESCHIKBAAR GESTELD DOOR INSTALLATIEBEDRIJF SOLAR ACCESS IN DEVENTER.

Lentefestival 'Feels Like Home' druk bezocht



Een spectaculaire modeshow van puur duurzaam geproduceerde kleding vormde zondag 20 april de afsluiting van het driedaagse lentefestival 'Feels Like Home' dat gehouden werd in het Eco-park van De Kleine Aarde.

Vrijdag 18 april was een dag met een uitgebreid programma voor overheden en bedrijfsleven. Ondernemers die informatie en inspiratie zochten om hun bedrijf een duurzame richting te laten inslaan vonden informatie en inspiratie.

Zaterdag en zondag was het Feels Like Home-Festival gratis toegankelijk voor het grote publiek. Dat kwam in groten getale: ruim 2.500 bezoekers genoten van een duurzaam dagje uit en deden ideeën op om thuis toe te passen.

Meer info op www.feelslikehome.nl



Regelmatig ontvangt de redactie lezersbrieven met de vraag naar het standpunt van De Kleine Aarde over een bepaalde kwestie of ontwikkeling. Soms nodigen die vragen uit tot een uitgebreide toelichting. In deze rubriek geeft De Kleine Aarde haar standpunt weer, en licht dit toe.

Groente en fruit zonder bijmaak

In de westerse wereld zijn we gewend aan een groot aanbod van groenten en fruit in de winkels. De kiwi's en mango's lachen ons toe (al dan niet goed rijp) en we worden aangespoord om dagelijks minimaal twee ons groenten en twee stuks fruit te eten. Dat is gunstig voor onze gezondheid, maar hoe zit het met de gezondheid van de aarde?

Door te kiezen voor lokale groenten van het seizoen kunnen we enorm veel voedselkilometers – dus energie – besparen. Helaas is het inmiddels zo dat we lijstjes nodig hebben om te weten welke groenten en fruit 'van het seizoen' zijn, zoals de groente- en fruitkalender van Milieu Centraal (www.milieucentraal.nl). Doordat alle groenten het hele jaar door in de winkel liggen, weten we niet goed meer wanneer de witlof nu eigenlijk groeit (en goed bitter is) of wanneer de veldsla uit de grond komt. Er zijn gelukkig wel manieren om te weten of je met een seizoensgroente te maken hebt. Let bijvoorbeeld op de prijs – in het seizoen is seizoensgroente of -fruit goedkoper dan erbuiten. En kijk op de etiketten naar het land van herkomst – de aanvoer uit een ander land dan Nederland maakt het mogelijk om bijvoorbeeld aardbeien en peultjes te eten in december, maar daarvoor betaalt niet alleen de consument maar ook het milieu een te hoge prijs.

Het minst belastend voor de aarde is het gebruik van verse biologische seizoensgroente en -fruit uit de regio.

- **Biologische producten** vergen gemiddeld 30% minder fossiele energie en er wordt geen gif gebruikt bij de teelt.
- **Verse producten** vragen geen energie voor het conserveren.
- **Seizoensproducten uit de regio** besparen energie, want er hoeven geen kassen verwarmd te worden voor het telen. Ook is er minder energie nodig voor vervoer en opslag. Hoe dichterbij hoe beter. Elk seizoen levert volop keuze aan verse groenten en fruit. Daarnaast zijn er 'bewaargroenten' die in de winter goed verkrijgbaar zijn, zoals bijvoorbeeld pompoen en allerlei koolsoorten.

Niet alleen het milieu en de portemonnee maar ook de gezondheid vaart wel bij het gebruik van verse regio-seizoensgroente en -fruit. Bepaalde producten groeien niet voor niets in een bepaald seizoen. De natuur heeft dat goed uitgedacht. Een witte kool in de winter barst van de vitamine C die we dan goed kunnen gebruiken. En een komkommer in de warme zomer brengt heerlijke verkoeling. Ook bevat seizoensgroente vaak meer werkzame stoffen dan de groente die buiten het seizoen in verwarmde kassen geteeld is. Denk dan aan de zogeheten flavonoïden, bio-actieve stoffen en sporenelementen.

Maar de belangrijkste voordelen zijn de smaak en de variatie. Topkoks als Jamie Oliver kiezen niet voor niets voor verse biologische regio-seizoensgroente en -fruit. Groente die met respect voor de aarde is geteeld, is groente zonder nare bijmaak.

Marion Pluimes, diëtiste

i.s.m. Jan Juffermans, medewerker van De Kleine Aarde

AGENDA ZOMER 2008

Voor de activiteiten van De Kleine Aarde: zie pagina 38.

7 juni

Klimaatconcert

Op 7 juni houdt Milieudefensie in het kader van de Klimaatwet-campagne het Klimaat-concert. Op die dag staan onder meer Stevie Ann (hoofbeeld van de campagne) en De Dijk, op het podium in het Utrechtse Park Transwijk. In combinatie met een stevig debat over de Klimaatwet, een speciaal kinderprogramma en allerlei andere activiteiten, belooft het concert van 7 juni een bijzondere dag te maken.
www.klimaatwet.nu



8 juni, 13 juli en 21 september

Leontien's Ladies Ride 2008

Sportieve fietsdagen met prachtige routes in Zwolle (8 juni), Rotterdam (13 juli) en 's-Hertogenbosch (21 september). Meer info en inschrijven:
www.leontienladiesride.nl



25, 26 en 27 juni

Kromme Rijn 3-Daagse

De Kromme Rijn 3-Daagse is een recreatieve triatlon waarbij de deelnemers op de eerste dag een wandelroute afleggen, op de tweede dag een fietsroute en op de laatste dag een kanotocht. Er kan gekozen worden uit diverse afstanden. Op dag 3 kunnen deelnemers eventueel in plaats van kanoën ook wandelen of fietsen. Meer info: www.krommerijnloket.nl onder het kopje Kromme Rijn 3-Daagse. Hier vindt u tevens het inschrijfformulier en overnachtingsadressen.

6 juli,

Streekfestival Het Groene Woud

Een verrassende zondag boordevol regionale kunst, cultuurhistorie, muziek, entertainment en culinair genot. Kom, kijk, proef en geniet op Landgoed Velder in Liempde. Meer info:
www.streekfestivalhetgroenewoud.com

Faire boodschappenlijst

Ook dit voorjaar onderzocht Fairfood 821 voedselproducenten op de fairness van hun producten. In totaal werden 3.000 producten onderzocht uit 130 verschillende productgroepen. Dit is een verdubbeling vergeleken met de 1.500 producten uit 77 productgroepen van vorig jaar. Naar verwachting is de lijst met nieuwe producten vanaf juli beschikbaar. Fairfood is een campagne- en lobbyorganisatie die de consument aanspoort en in staat stelt om faire producten te eten en drinken. Dit zijn producten waarvan de productie en verhandeling bijdragen aan de bestrijding van honger en armoede in ontwikkelingslanden en aan de verduurzaming van productieketens.

Uit de vele faire producten op de Fairfoodwebsite is makkelijk een fair boodschappenlijstje samen te stellen. Ter inspiratie heeft Fairfood ook recepten op de website geplaatst. Fair is bovengemiddeld eerlijk. Fairfood maakt een relatieve beoordeling binnen de productgroep. Zo zullen de bananen die hoger scoren dan de gemiddelde banaan als fair beoordeeld worden. Op deze manier wordt het voor de consument eenvoudiger om te kiezen voor meer sociaal verantwoorde producten. Ook wil Fairfood zo de concurrentie op het gebied van duurzaamheid stimuleren tussen producenten.

Merkeigenaren vullen de Product Fairness Questionnaire zelf in. Vervolgens toetst Fairfood de antwoorden grondig, waarna enkele producten mogelijk alsnog unfair worden bevonden. Zo zijn de beoordelingen van een aantal producten die in 2007 zijn onderzocht eind januari gewijzigd van fair naar unfair. Kortom: eat fair, beat hunger.

Meer informatie: www.fairfood.org



Boer zoekt buur

www.boerenbuur.nl is een website voor boeren en burgers die samenwerking zoeken. Burgers kunnen op allerlei manieren betrokken raken bij boeren in de buurt, van het oogsten van eigen groenten tot investeren in zonnepanelen op het schuurdak, van helpen met boerderijlessen voor schoolklassen tot bomen planten. Op www.boerenbuur.nl geeft een stappenplan antwoord op vragen die kunnen opkomen: hoe kom je tot goede ideeën en tot goede afspraken? Hoe houdt de boer zeggenschap over zijn bedrijf, en hoe kan hij burgers motiveren mee te denken, mee te werken of zelfs mee te financieren? En hoe krijgen burgers die het platteland willen beleven een boer zo ver voor hen groenten te verbouwen of een ontmoetingsplek te maken? Het stappenplan helpt boer en burgers om zelf aan de slag te gaan. Meer info: www.boerenbuur.nl

Gouden Peer uitgereikt

Tijdens het 11e Bio-Congres van Biologica in april is voor het eerst de Gouden Peer Innovatieprijs 2008 uitgereikt. De prijs is door natuurvoedingsgroothandel Natudis in het leven geroepen om innovaties binnen de biologische branche op het gebied van duurzaamheid te stimuleren.

Dit jaar waren er twee winnaars: Buys & Ko uit Wageningen en De Groene Passage in Rotterdam. Hun ideeën lagen dicht bij elkaar en vullen elkaar aan. Ze krijgen samen een bedrag van € 20.000,- om de ideeën te integreren tot één werkbaar plan. Buys & Ko kwam met het idee van consumentenparticipatie. Buys & Ko wil zijn klanten intensiever betrekken bij het reilen en zeilen van het winkelbedrijf. Hiertoe maakt het bedrijf onder andere gebruik van een klantenkaart, die nu al vruchten afwerpt. Langdurige relaties met klanten en leveranciers betekenen sociale en maatschappelijke duurzaamheid en eerlijke handel.

De tweede winnaar, Frans Saat van De Groene Passage, streeft naar een Green Society. Authenticiteit en de voordelen van een Green Card moeten de consument over de streep trekken om duurzaam in te kopen.



Klimaatverandering van A-Z

De website van de landelijke klimaatcampagne, www.hier.nu, heeft een online klimaatgids geopend. Bezoekers krijgen er uitleg over klimaatverandering aan de hand van de meest gebruikte en belangrijkste klimaat termen. Bedoeling van de klimaatgids is om voor zoveel mogelijk mensen duidelijk te maken wat klimaatverandering eigenlijk is, en hoe divers de oorzaken en de gevolgen zijn. Omdat klimaatnieuws vaak nogal wetenschappelijk is, of juist erg politiek van aard, staan veel klimaatberichten vol met jargon. Dat kan helaas maar moeilijk anders, omdat het onderwerp erg complex is. Bovendien bestaat er voor woorden als 'koolstofkringloop', 'Peak Oil' of 'gashydraten' geen eenvoudiger synoniem. Nieuwsberichten op www.hier.nu zijn verbonden met de klimaatgids. Bezoekers hoeven maar op een klimaat term te klikken om meteen te zien wat 'CO₂-compensatie' of het 'albedo' eigenlijk is of wat wordt bedoeld met afkortingen zoals IPCC, CCS of CDM. De teksten zijn opgesteld volgens de geldende wetenschappelijke inzichten. Daarbij blijft de actualiteit gegarandeerd: nieuw onderzoek en nieuwe cijfers worden direct in de gids opgenomen.

Het woord 'klimaatneutraal' werd onlangs nog derde in de 'woord van het jaar'-verkiezing; het heeft door de nationale klimaatcampagne HIER.nu zijn intrede gedaan in onze taal. Wie wil weten wat het woord inhoudt, gaat nu snel naar: www.hier.nu/klimaat. Overigens is de HIER-campagne in maart 2008 door de Nederlandse consument uitgeroepen tot meest aansprekende milieucampagne van dit moment. De HIER-campagne wordt mede mogelijk gemaakt door de Nationale Postcode Loterij.

WEBTIPS

www.natuurvoedingskundige.nl

Voor info en adressen van natuurvoedingskundigen.

www.superuse.org

Inspirerende voorbeelden van design met hergebruik van materialen vindt u op www.superuse.org

www.katjagruijters.nl

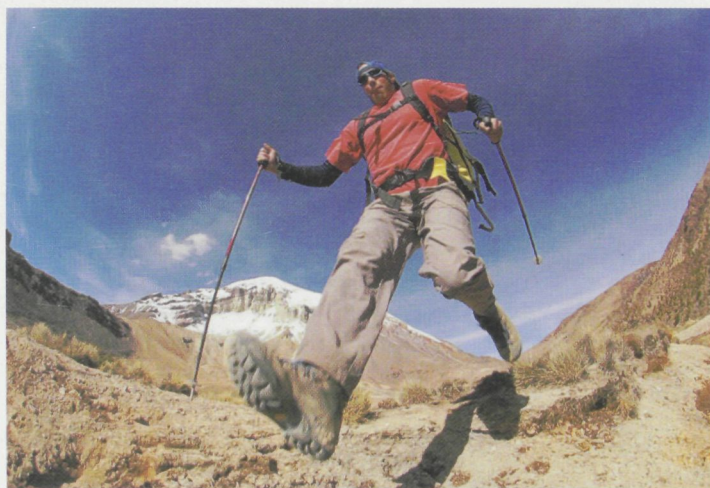
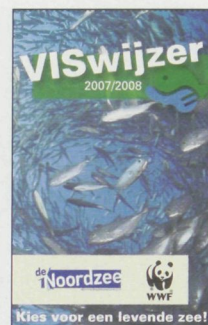
Katja Gruijters is voedselontwerper. Tijdens een conferentie van de levensmiddelenindustrie maakte zij een buffettafel van 455 restbroden, met daarop de tekst 'cradle to cradle' (afval is voedsel).

www.wijwordenwakker.nl

Onder het kopje 'voeding' vindt u in het artikel 'Weg met suiker' een schat aan informatie over (het weglaten van) suiker in de voeding.

Center Parcs schrapt rode vis

Center Parcs heeft als eerste in zijn branche besloten alle vissoorten uit de rode kolom van de VISwijzer van het menu te verwijderen in alle vakantieparken in Nederland, België en Duitsland. Het gaat om in totaal veertien parken met zo'n vijftig restaurants, waar dagelijks ruim 11.000 gasten komen eten. Het Wereld Natuur Fonds (WNF) noemt de stap *trendsettend* en cruciaal voor de bescherming van de natuur onder water. De VISwijzer is een handig kaartje waarop staat welke vis je verantwoord kunt eten en welke liever niet. De VISwijzer is een initiatief van WNF en Stichting Noordzee. U kunt het kaartje gratis downloaden op: www.goedeviss.nl



Treq-vakantie op kleine voet

Treq is een werkgroep van NivonJong die reizen voor en door jongeren (van 15 tot 25 jaar) ontwikkelt. De reizen zijn avontuurlijk en milieuvriendelijk van karakter. Treq heeft dit jaar 9 reizen in het programma van verschillende niveaus en naar uiteenlopende bestemmingen in de mooiste natuurgebieden in Europa. Treqreizigers houden van de natuur. Dat betekent niet alleen dat een groot deel van de reizen door mooie natuurgebieden gaan, maar ook dat de vervoerswijze (zoveel mogelijk) milieuvriendelijk is. Bij elke reisomschrijving is – om deze ambities concreet te maken – dan ook de VakantieVoetafdruk opgenomen, die aangeeft hoe veel of hoe weinig een reis het milieu belast. De VakantieVoetafdruk geeft het aantal vierkante meters grondgebruik aan dat een reiziger per dag 'verreist'. Als alle grondstoffen, land en energie op aarde eerlijk verdeeld zouden zijn, dan had ieder mens recht op een jaarlijkse VakantieVoetafdruk van 1.600 m². Dat zou gemiddeld neerkomen op 90 m² per dag. Hoe lager dat getal is, hoe beter het is voor het milieu! Zo verbruikt de wandelaar tijdens de Treq-wandelreis naar de Vallei van de Roya 39 m² per persoon per dag. Alle Treqreizen blijven ver onder die 90 m² per dag. In feite is een Treqreis daarmee milieuvriendelijker dan thuisblijven!

Roos Appel van Treq zegt dat Treq graag wil uitbreiden: "We zijn ervan overtuigd dat deze reizen bijzonder zijn en echt iets unieks te bieden hebben voor jongeren. Maar als we willen uitbreiden hebben we wel extra menskracht nodig, actieve jongeren die bereid zijn ons te helpen, en eigenlijk ook sponsoren."

Treqreizen zijn te vinden op www.treq.nl of via tel (020) 435 07 00. Meer info over de VakantieVoetafdruk op www.vakantievoetafdruk.nl

GEZIEN

Slim bekeken



Pittig sapje

Dat aloë vera genezende krachten bezit is reeds lang bekend. Het gebruik van aloë vera, veelal in cosmetische producten, is de afgelopen jaren enorm toegenomen. Dat aloë vera ook geschikt is om dagelijks te drinken, is echter nog niet bij iedereen bekend. Aloë Vera Juice is rijk aan vitamines en mineralen en is goed voor de spijsvertering.

Aloë Vera Juice is verkrijgbaar in flessen van 1,5 liter, 0,5 liter, 180 ml en blikjes van 240 ml in de smaken: naturel, sinaasappel, banaan, perzik, ananas, mango, grapefruit, appel, kiwi, aardbeien, lychee, guava en citroen. Er is geen suiker toegevoegd en het drankje bevat 0% vet!

Te koop in diverse supermarkten, horecagelegenheden, sport- en fitnesscentra. Prijs: € 2,59 voor 1,5 liter en € 1,39 voor 0,5 liter.

Goededoelenshirt

Dit 'Kesi-shirt' van 100% biologisch katoen is exclusief te koop op www.watmooi.nl voor € 35,-. De shirts zijn genoemd naar babyorang-oetan Kesi op Borneo. De opbrengst is voor Kesi-WSPA, een reservaat dat babygorilla's opvangt waarvan de moeder is gedood. Tel. (087) 875 64 75.



Lichtgewicht

Deze bijzondere designlamp is zo mooi dat je hem wel overal wilt neerzetten. En het leuke is... dat kan! De Luau is 'portable'; stroom heb je niet nodig, want als de lamp met LED-technologie is opgeladen op het basisstation, brandt hij tien uur achter elkaar. De lamp is te dimmen door hem een slag te draaien. Bestellen kan via de website: www.feelgoodies.nl of tel. (036) 534 66 22. Prijs: € 199,-.



Winkel aan huis

Hanging Houses ontwerpt en produceert hangende speeltenten. Er zijn diverse modellen, zoals een huisje, een vuurtoren en een winkeltje. Bij het winkeltje zijn ook leuke accessoires te krijgen waarmee de kinderen het winkeltje kunnen aankleden, zoals een reclamebord waarop ze, net als op een schoolbord, met krijt kunnen schrijven. Het reclamebord kan met klittenband aan de muur van de winkel bevestigd worden.

Het winkeltje en de andere tenten en accessoires van Hanging Houses zijn te bestellen via de website: www.hanginghouses.nl of tel. (020) 673 20 53. Prijs winkeltje is € 99,- excl. verpakking en verzendkosten (€ 7,25). Prijs accessoirepakket: € 42,14.





Lekker zonder suiker

Molenaartje heeft twee nieuwe tussendoortjes op de markt gebracht die minder zoet zijn, maar wel erg lekker. De uitgebalanceerde mix van tarwe- en gerstemoutstroop met een vleugje vanille of kaneel zorgen voor subtiele zoetheid. Het granenmengsel van tarwe, haver en spelt levert een knapperige, stevige koek op. Een biologisch tussendoortje, waarmee je er weer tegen kunt. Verkrijgbaar in de smaken appel en rozijn. De biscuits worden per twee verpakt in folie, makkelijk voor onderweg, naar school of op vakantie.

Verkrijgbaar bij natuurvoedingswinkels.

Adviesprijs € 2,49.

Groener leven

'Van het land' is een amusante en soms ontroerende ode aan alles wat ons voedt. Alma Huiskens geeft een beschrijving van haar ideaal: zoveel mogelijk leven van haar biologische, Groningse moestuin en boomgaard, die worden bevolkt door kippen, ganzen en huurbijen. Verhalen, seizoensrecepten en veel praktische tips voor zelf telen en een groener leven wisselen elkaar af. Dat alles, plus de pakkende fotografie van Doortje Stellwagen, maakt dit boek tot een aards feest – voor boeren, burgers, buitenlui én tuinloze stadsbewoners! Fontaine Uitgevers, 's-Graveland 2008. ISBN 978 90 59 56 239 4. Prijs: € 27,50.



Bijzondere boter

Deze romige *body butter*, gemaakt van 100% natuurlijke ingrediënten, is ideaal voor de dagelijkse verzorging van uw huid. De *butter* voedt, verzorgt en beschermt uw huid intensief. Met BDIH-keurmerk, zodat u zeker weet dat u gagarandeerd met natuurcosmetica te maken hebt die niet op dieren is getest.

Er is *body butter* met kokosnoot en *body butter* met olijf en citroen; beide zijn voor de droge en normale huid. Adviesprijs € 8,75.

Verkrijgbaar bij natuurwinkels en reformhuizen in Nederland en België. Meer info:

www.detraay.com



Billboardtas

De tassen van Vy&Elle 'Urban Art' zijn gemaakt van gerecyclede billboards, met respect voor mens en milieu. Het zijn stuk voor stuk unieke exemplaren doordat voor elke tas een ander stukje billboard is gebruikt. More Than Hip, tel. (0348) 46 80 37, www.morethanhip.nl Op de foto: *Messenger bag* met in de voorkant van de klep een vak met ritssluiting. Aan de zijkant een zakje voor iPod of mobieltje. Van binnen volledig gevoerd en verdeeld in twee vakken. Verstelbare draagriem van autogordel. Prijs € 74,-.



VoedselVoetafdruk

JEZELF EN DE WERELD VORMGEVEN VANUIT DE KEUKEN

Voeding bepaalt gemiddeld vierendertig procent van de Mondiale Voetafdruk. Letten op wat we eten is dus niet alleen van belang voor onze gezondheid en het welzijn van dieren. Het kan ook veel voordeel opleveren voor het milieu. Jan Juffermans is dé specialist bij De Kleine Aarde op het gebied van de zogeheten 'VoedselVoetafdruk'. Hij vertelt over de vergeten rol van zuivel, eerlijke concurrentie en zijn persoonlijke ervaring: 'een duurzame levensstijl maakt blij'.

TEKST: JOHN VAN DER REST FOTO: DE KLEINE AARDE

Lunchtijd op Utrecht-Centraal. In de stationsrestauratie, tussen tafels met broodjes kaas, salades en glazen melk, verklaart Jan Juffermans het belang van de VoedselVoetafdruk. Jan: "Voeding is een primair deel van ons leven. In de keuken komen veel dingen samen: de aarde, de seizoenen, de boer, de handel, de culinaire traditie en je eigen gezondheid en levensplezier. In voedselkeuzes valt daarom veel duurzaamheids- en gezondheidswinst te behalen. Het voordeel van voeding is dat je het per direct kunt veranderen. Je hebt geen moeilijke toestanden als zonnepanelen of waterstof nodig; alleen informatie en bewustwording. Het inzicht in waar je nu staat, verkrijgt je eenvoudig met behulp van de VoedselVoetafdruk. Met de antwoorden op vijftien specifieke voedingsvragen op www.voedselvoetafdruk.nl bereken je snel hoeveel energie en ruimte jouw voedingspatroon van de aarde vergt. En daarmee begint het meest interessante deel: de praktische tips om je VoedselVoetafdruk te verkleinen."

De voedseltheorie van De Kleine Aarde is hoogst actueel

De ogen van Jan stralen als hij ingaat op de achtergronden van de 10 voedingstips (zie kader). Jan: "Wist je dat deze zogeheten voedseltheorie van De Kleine Aarde al rond 1978 op papier werd gezet? Nu, dertig jaar later, zijn alle punten uit die theorie actueel en enkele ervan zelfs hoogstactueel. Het gaat te ver om de tien punten uitvoerig te bespreken. De prioriteit ligt vooral bij het verminderen van de consumptie van vlees en zuivel, kiezen voor biologische landbouw en kiezen voor voedsel van dichtbij."

Op alle fronten beter

De boodschap van minder vlees en zuivel eten is niet nieuw. Ze klinkt tegenwoordig zelfs uit de kantoren van gerenommeerde organisaties als de Voedsel- en Landbouworganisatie (FAO) van de Verenigde Naties. Het FAO-rapport 'Livestock's Long Shadow' bracht het nieuws dat de mondiale dierlijke productie 18% (ten opzichte van 13,5% voor verkeer) bijdraagt aan de gassen die de aarde doen opwarmen. Volgens Jan kwam in de berichtgeving over dit rapport onvoldoende naar voren dat ook het verminderen van de zuivelconsumptie noodzakelijk is.

De 10 voedingstips van De Kleine Aarde

1. Eet minder vlees en zuivel, en meer plantaardig
2. Kies voor producten uit de biologische en biologisch-dynamische landbouw
3. Let op land/regio van herkomst: hoe dichterbij hoe beter
4. Kies vaker groente en fruit van het seizoen en bewaargroenten
5. Let op dierenwelzijn
6. Kook en koop op maat
7. Kies verse en volwaardige producten
8. Vermijd genetische manipulatie
9. Bespaar op verpakking
10. Kies voor eerlijke handel/fair trade

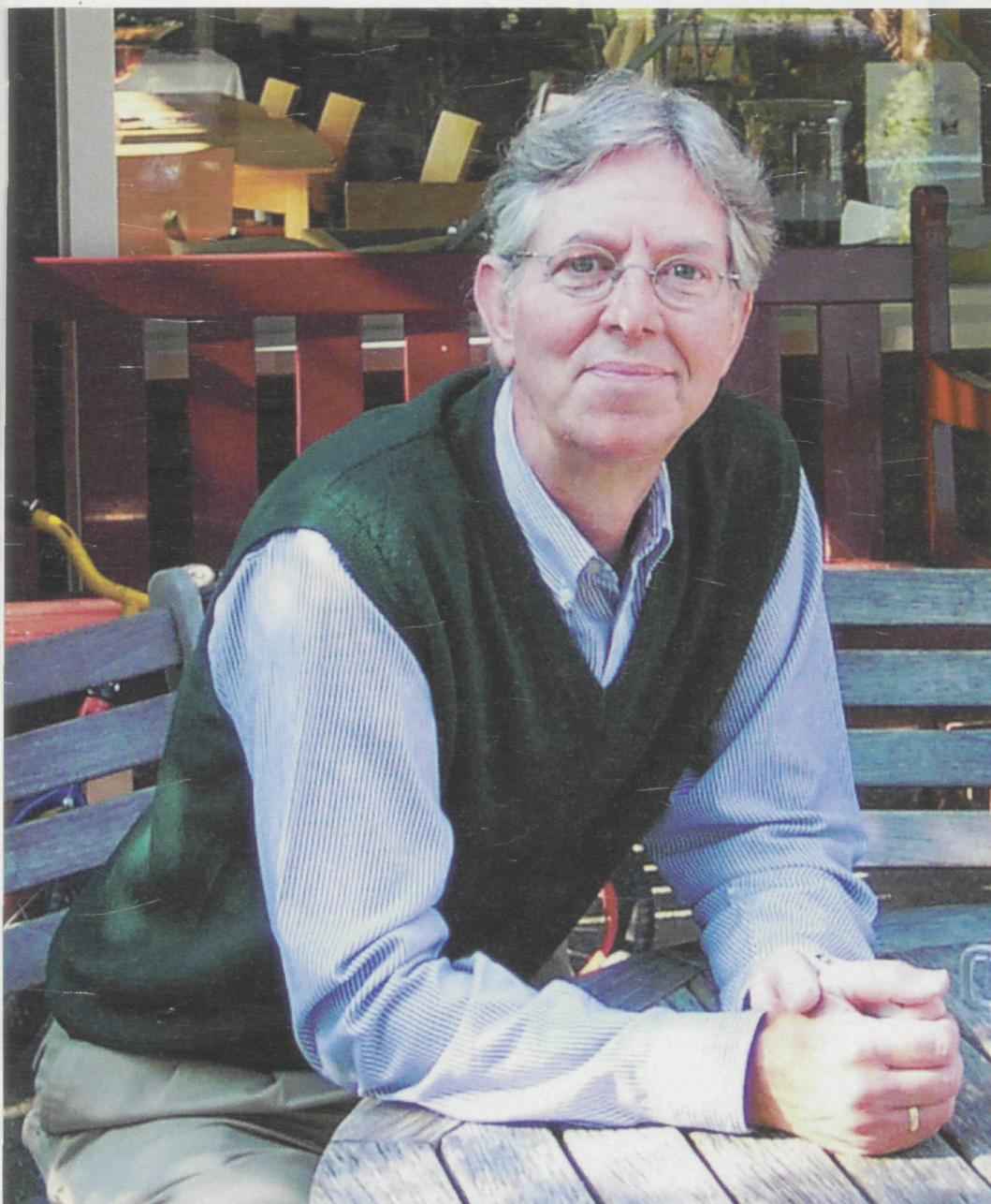
Meer informatie:
www.voedselvoetafdruk.nl/tips

Jan: "In Europa eten we met z'n allen twee keer meer zuivel en vlees dan gezond is. In Nederland consumeren we kilo's zuivel in de vorm van toetjes, kaas, boter en dranken. Vlees en zuivel hebben samen veruit de grootste Voetafdruk. Minder vlees en zuivel is daarom op alle fronten beter. Daarmee verminderen we de claim op miljoenen hectares vruchtbare grond voor veevoer, op schaars (drink)water, op energie voor de productie van kunstmest en bestrijdingsmiddelen en voor vervoer en koeling. Minder vlees en zuivel ondersteunt ook onze eigen gezondheid. Met name vlees wordt steeds meer in verband gebracht met risico's op welvaartsziekten als obesitas, diabetes en (darm)kanker. Af en toe wat vlees kan geen kwaad, maar zie het als luxe en kies voor puur en milieuvriendelijk: voor wild of biologisch."

Erkenning voor biologisch

Met de keuze voor biologisch sta je volgens Jan als duurzame consument niet meer aan de zijlijn. Jan: "Biologisch is *hot* bij een groeiende groep consumenten. Zelfs de FAO zet in op biologische landbouw voor de toekomst (zie kader), en terecht. De voordelen zijn evident. Steeds meer onderzoeken tonen aan dat het pure karakter van biologische producten beter is voor onze gezondheid. Het houdt ons lichaam vrij van bestrijdingsmiddelen, kunstmatige kleur-, geur- en smaakstoffen en genetisch veranderde organismen. Met biologisch zeg je: 'ik eet wat ik ben, puur natuur'. Het natuurlijke karakter draagt volgens veel koks ook bij aan een betere smaak. Biologische landbouw houdt het milieu schoon, behoudt meer biodiversiteit, waakt over dierenwelzijn en is met dertig

wijst de weg



Mondiale Voetafdruk

Ieder mens gebruikt een gedeelte van de ruimte op aarde voor de productie van onder meer voedsel, energie, transport en materialen. Hoeveel ruimte je gebruikt, hangt af van je consumptiepatroon. Met behulp van de Mondiale Voetafdruk, een internationaal rekenmodel, is de totale claim op fossiele energie, grond en grondstoffen te berekenen in hectares. Dat kan per land, stad en per persoon. Per persoon is 1,8 hectare ruimte beschikbaar. In Nederland gebruiken we gemiddeld 4,4 hectare. De 'mondiale gebruiksruimte', de ruimte op aarde die biologisch productief is, staat onder grote druk, qua kwantiteit en qua kwaliteit. Dat komt door vervuiling, de almaar stijgende productie en consumptie en een snel groeiende wereldbevolking. De Mondiale Voetafdruk, met als onderdeel de VoedselVoetafdruk, maakt deze problemen duidelijk en beter hanteerbaar.

Meer informatie op www.voetenbank.nl

JAN JUFFERMANS (OEGSTGEEST, 1945) IS VANAF 1978 MEDEWERKER VAN DE KLEINE AARDE. DAARVOOR WERKTE HIJ VEERTIEN JAAR IN HET BEDRIJFSLEVEN. JAN GEEFT MET ZIJN WERK EN PUBLICATIES INTERNATIONAAL BEKENDHEID AAN DE GEVOLGEN VAN ONS LEEFPATROON VOOR MENS EN MILIEU WERELDWIJD, NU EN IN DE TOEKOMST. IN 2005 WON HIJ DE EERSTE DUURZAAMHEIDSPRIJS VAN DE GEMEENTE BOXTEL. HIJ SCHREEF IN 2006 HET BOEK 'NUT EN NOODZAAK VAN DE MONDIALE VOETAFDruk; OVER DE MONDIALE GEBUIKSRUIMTE, DUURZAAMHEID EN MENSENRECHTEN, ISBN: 90 5637 839 2.

procent minder CO₂-uitstoot gunstiger voor het klimaat. Kiezen voor biologisch, verkleint onze Voetafdruk met minstens twintig procent."

*Met biologisch zeg je:
'ik eet wat ik ben, puur natuur'*

Tijd voor eerlijke concurrentie
Volgens Jan zetten mensen pas echt de knop om als de vervuiler rechtstreeks gaat betalen. Jan: "We zitten nog steeds in de omgekeerde wereld. Ik vind vlees en zuivel veel te goedkoop. De milieu- en gezondheidsschade en energiekosten moeten worden doorberekend in de producten. Ook de biologische boeren hebben eindelijk recht op een eerlijke concurrentiepositie. Die hebben ze nooit gehad. Onderzoeksbureau Berenschot meldde het al in 1989: biologische producten winnen het op de vrije markt als alle kosten van vervuiling en energiegebruik eerlijk worden doorberekend aan gangbare producten. Duurzaamheid komt veel dichterbij als de overheid echt werk maakt van het uitgangspunt: de vervuiler betaalt. Tegen beter weten in voert men een beleid van oneerlijke concurrentie, terwijl de voordelen van biologische landbouw voor het algemeen belang zo evident zijn."

Volgens Jan Juffermans is het eigenlijk van de zotte dat biologische landbouw nog steeds wordt gemarginaliseerd als leuke *niche*markt. Ruim tachtig jaar geleden was alle landbouw natuurlijk en biologisch, maar hij werd zo niet genoemd. De komst van aardolie bracht kunstmest en bestrijdingsmiddelen: het begin van de industriële landbouw. Jan: "Op zich heb ik wel begrip voor

het omarmen van die nieuwe golf van mogelijkheden. Men wist echter al jaren geleden dat die nieuwe landbouw ongekende vervuiling, gezondheidsproblemen bij boeren en energieverspilling met zich meebracht. Het meer-meer-denken heeft nu lang genoeg geduurd. De incubatietijd is voorbij."

Britse boerenproducten in Londen
De derde prioriteit bij mogelijke stappen naar een kleinere VoedselVoetafdruk ligt volgens Jan Juffermans in de keuze voor voedsel van dichterbij. Jan: "Wat voeding betreft pleit De Kleine Aarde al vanaf 1975 voor een meer regionale economie; voor zowel handel als productie. In Engeland liet onderzoek door professor Jules Pretty (University of Essex) naar de zogeheten *foodmiles* zien, dat de energie die nodig is om voedsel tussen plaatsen van productie en consumptie te vervoeren de belangrijkste milieu- en klimaatfactor vormt bij voeding. Sindsdien is dit thema superactueel. Voor Londen bleek dat voeding 41% van de totale Voetafdruk van de stad in beslag nam. In Nederland is dat maar 34%. Maar liefst 81% van het voedsel kwam van buiten Engeland. Burgemeester Ken Livingstone zette zich persoonlijk in voor directe afzetmogelijkheden voor Britse boeren bij de lokale consumptie. Amsterdam volgt met een studie naar de eigen mogelijkheden op dit vlak."

Wethouder van voeding
De Kleine Aarde stond aan de wieg van de biologische boerenmarkten in Nederland. Niet zonder reden, want directe verkoop

van (verse) biologische producten uit de regio geeft veruit de kleinste Voetafdruk. De regionale boer ontmoet op de markt bijna al zijn klanten. De korte schakel reduceert veel vervoer, verpakkingen en stimuleert direct de regionale economie. Daarnaast helpt dit contact consumenten om met meer variatie en volgens de seizoenen te eten. Volgens Jan Juffermans is voeding zó primair verbonden met gezondheid, milieu, landschap en regionale economie, dat het tijd is voor gericht voedselbeleid. Elke gemeente in Nederland moet op termijn een wethouder van voeding hebben, vindt hij.

Ontdek *Slow Food*

Vervuiling, verspilling, welvaartsziekten: is eten nog wel leuk? Jan: "Volgens mij is veel voedsel al langer beladen, maar werden de problemen verzwegen. Nu komen de gevolgen van de verslechtering van onze voeding meer en meer in beeld. Zo betwijfelt men steeds meer of de huidige voeding mensen nog wel volwaardig voedt. De hoeveelheid mineralen in voeding, zoals bijvoorbeeld selenium, blijkt wereldwijd terug te lopen. Ik ben bang dat slechte voeding, meer vervuiling en minder beweging tot een verslechtering van de algemene gezondheid zal leiden. Het is daarom uitermate belangrijk dat meer mensen '*Slow Food*' ontdekken. Daarmee bedoel ik dat ze oog krijgen voor kwaliteit in voeding, dat ze rust nemen om te genieten van goed eten en dat ze bewuster met eten omgaan. Gewoon koken met verse ingrediënten raakt steeds minder bekend. Wat betekent dat voor de komende generaties?"

Mijn ervaring is: een duurzame levensstijl maakt blij

Bron van positieve energie

"Eten hoeft helemaal niet beladen te zijn. Het kan net als meer bewegen juist een bron van vreugde, gezondheid en positieve energie zijn. Toen ik stopte met het eten van vlees, voelde ik me veel lekkerder, maar misschien is dat subjectief. Bij meer bewegen voelt iedereen zich beter. Mijn ervaring is dat een duurzame leefstijl blij maakt. Het staat voor mij voor fietsen, eten met smaak, deels uit eigen moestuin, de zon meer benutten en positieve keuzes maken. Het perspectief van die nieuwe keuzes is juist heel positief. Vergelijk het maar met de metafoer van de weerkundige Lorenz. Populair uitgedrukt zegt die dat het flapperen van de vleugels van een vlinder in Tokio, in bepaalde omstandigheden, enkele weken nadien een storm in New York kan veroorzaken. Zonder het direct zelf te zien, kan zo ook ieders bescheiden 'gefladder', zoals het streven naar een kleinere Voetafdruk, enorm bijdragen aan de ontwikkeling van een betere wereld. Dat besef geeft mij energie. De gedachte dat mijn keuzes ruimte scheppen voor mensen in Azië en Afrika, die ook recht hebben op meer en beter voedsel, geeft mij een goed gevoel."

BRONNEN:

'VOEDING, VOEDINGSPATROON, LICHAAMSBEWEGING EN PREVENTIE VAN KANKER: EEN WERELDWIJD PERSPECTIEF'; WORLD CANCER RESEARCH FUND (WCRF), OKTOBER 2007.

'HET KAN: DE WERELD EET BIOLOGISCH'; ARIE VAN DEN BRAND E.A., DE VOLKSKRANT 25 JULI 2007.

'REGIONALISERING ALS ALTERNATIEF VOOR NEOLIBERALE GLOBALISERING - BELEID EN PRAKTIJK'; GIJUS GEURTS, ANDRÉ JONKERS EN LOU KEUNE, APRIL 2008.

'OP ZOEK NAAR EEN DUURZAME LANDBOUW'; KALVERKAMP EN VAN HOYTEMA (BERENSCHOT), UTRECHT, 1989.

'FARM COSTS AND FOOD MILES: AN ASSESSMENT OF THE FULL COST OF THE UK WEEKLY FOOD BASKET'; PRETTY, J.N., LANG T., MORISON J.I.L., BALL A.S., 2005.

'LIVESTOCK'S LONG SHADOW'; FOOD AND AGRICULTURAL ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS, ROME 2007

Biologische landbouw voedt de wereld beter

Op wereldniveau, bij de FAO, is men overtuigd van het nut van biologische landbouw om de voedselvoorziening ook tijdens klimaatveranderingen op peil te houden. De argumenten zijn duidelijk. Vooral in ontwikkelingslanden blijkt de opbrengst van biologische landbouw tot drie keer hoger dan van de gangbare landbouw. De kwaliteit van de bodem is daarbij de crux: meer leven, meer organische stof en daardoor een betere structuur. Water wordt beter opgenomen, er zijn minder problemen bij droogte en er is minder erosie. De hogere biodiversiteit in de bodem en in de soorten planten en dieren vermindert de kans op ziekten en vergroot de stabiliteit van het ecosysteem. Biologische landbouw gebruikt daarnaast tot bijna de helft minder fossiele brandstof en bevordert de opslag van CO₂ in de bodem 14% meer dan gangbare landbouw. Biologische landbouw richt zich minder op de wereldmarkt en meer op de regionale economie. Dat scheelt veel gesleep en stimuleert de werkgelegenheid dichtbij. Stoppen met kunstmest en bestrijdingsmiddelen levert miljarden euro's besparingen aan milieukosten op.



DE DROOM VAN ELKE CHEF

Metamorfose voor het Eco-café

Dankzij tv-kok Herman den Blijker beschikt De Kleine Aarde sinds enkele maanden over een volwaardig restaurant waar iedereen kan proeven hoe lekker koken met een kleine Voetafdruk is. Genieten van de mooie dingen die de natuur ons geeft.

TEKST: ERIC SCHOONES FOTO'S: STEFAN PRINSEN

THEMA

(H)EERLIJK ETEN

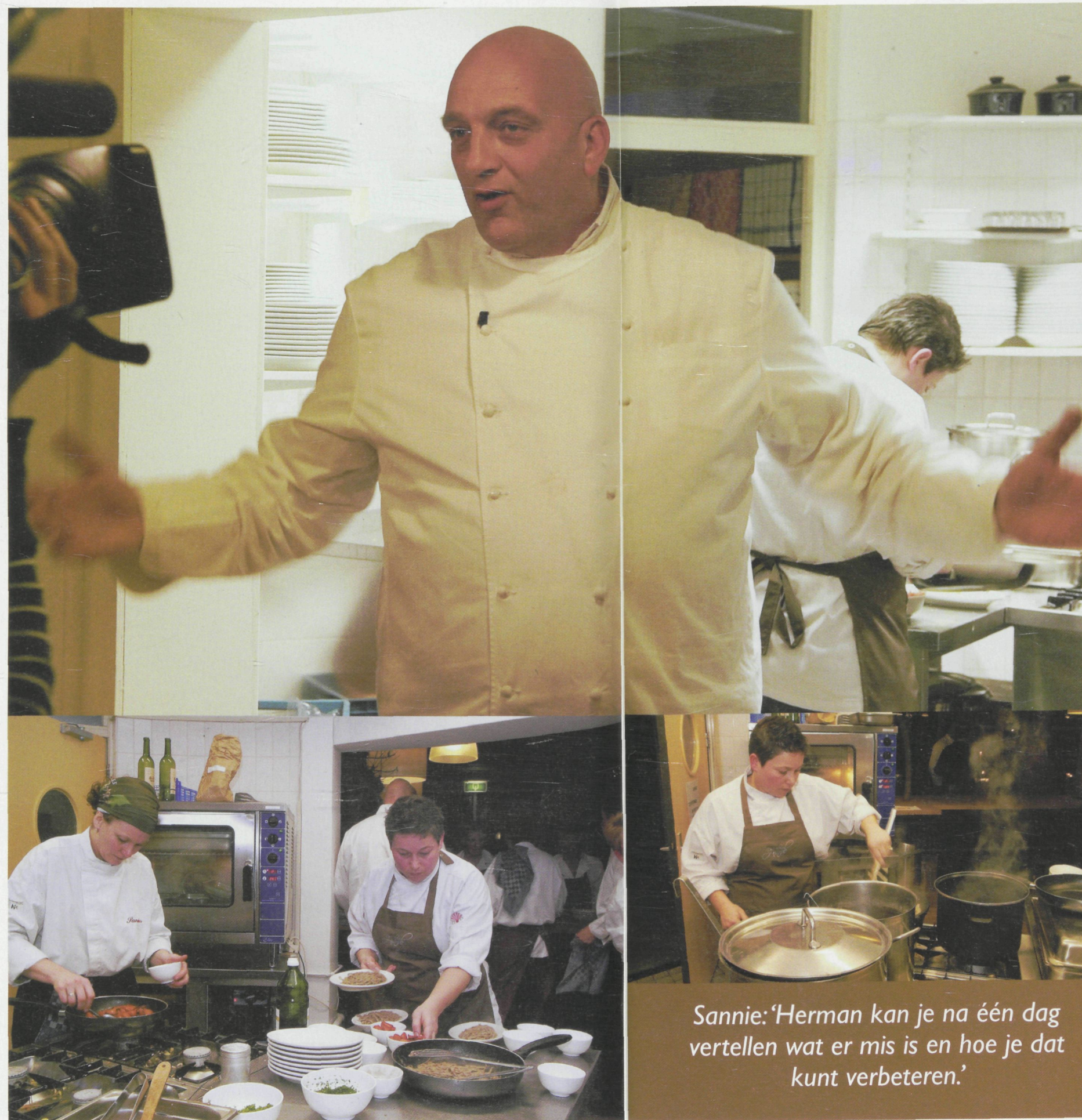
Herman den Blijker zette begin dit jaar met zijn RTL4-programma 'Herrie In Het Hotel' De Kleine Aarde danig op stelten. Op initiatief van chef-kok Sannie Post ging de bezem erdoor. Samen met Herman blikt Sannie terug op een ware metamorfose én een week keihard werken. Kleine-Aardedirecteur Ko de Zeeuw schuift aan bij het gesprek.

Het is goed toeven in het vernieuwde restaurant, met zijn mooie houten vloer en dito bar, warme tinten, zachte kussens en kaarsen. "Knus en gezellig is het geworden", zegt Sannie. Herman glimlacht tevreden en steekt zijn neus nog eens diep in een glas huiswijn.

Wat meteen opvalt bij binnenkomst is de 'open haard' die anderhalve meter boven de vloer lijkt te zweven. Aan welke tafel je ook zit, overal brengt het vuur je vanuit je ooghoeken in een aangename stemming. Onthaasten is hier een koud kunstje. Er is veel veranderd sinds Herman voor het eerst het Eco-café binnenstapte: "Het viel me niet mee die eerste keer. Het Eco-café was toch een beetje armoedig: tussen de folders en souvenirjes kon je toevallig ook een kopje koffie of een pompoensoepje bestellen. Het was niet echt warm of uitnodigend." Herman bedacht de open haard om wat sfeer te brengen, maar die paste niet in de filosofie van De Kleine Aarde. De haardkachels van Harrie Leenders doen dat wel. Ko de Zeeuw lacht: "Zo verdwijnt tenminste niet alle warmte door de schoorsteen. De leverancier schrok alleen wel een beetje toen hij hoorde dat hij de kachels binnen een week moest leveren!" Zo ging het die hele week: in ijlt tempo slopen en weer opbouwen, veertien uur per dag timmeren en schuren. De keuken openbreken, deuropeningen dicht metselen of verplaatsen.

Symbol

De directeur is zeer tevreden: "Ik zie het vernieuwde restaurant als een symbool voor het proces van professionalisering dat we met De Kleine Aarde een paar jaar geleden hebben ingezet. Zo kunnen we onze missie, inspireren tot een duurzame leefstijl, op een relevante, maar ook aangename en eigen-



*Herman:
'Niet alles gaat opeens perfect omdat
je op de tv bent geweest. Wij kunnen
alleen een zetje geven.'*

*Sannie: 'Herman kan je na één dag
vertellen wat er mis is en hoe je dat
kunt verbeteren.'*

THEMA

(H)EERLIJK ETEN

Herman den Blijker zette begin dit jaar met zijn RTL4-programma 'Herrie In Het Hotel' De Kleine Aarde danig op stelten. Op initiatief van chef-kok Sannie Post ging de bezem erdoor. Samen met Herman blikt Sannie terug op een ware metamorfose én een week keihard werken. Kleine-Aardedirecteur Ko de Zeeuw schuift aan bij het gesprek.

Het is goed toeven in het vernieuwde restaurant, met zijn mooie houten vloer en dito bar, warme tinten, zachte kussens en kaarsen. "Knus en gezellig is het geworden", zegt Sannie. Herman glimlacht tevreden en steekt zijn neus nog eens diep in een glas huiswijn.

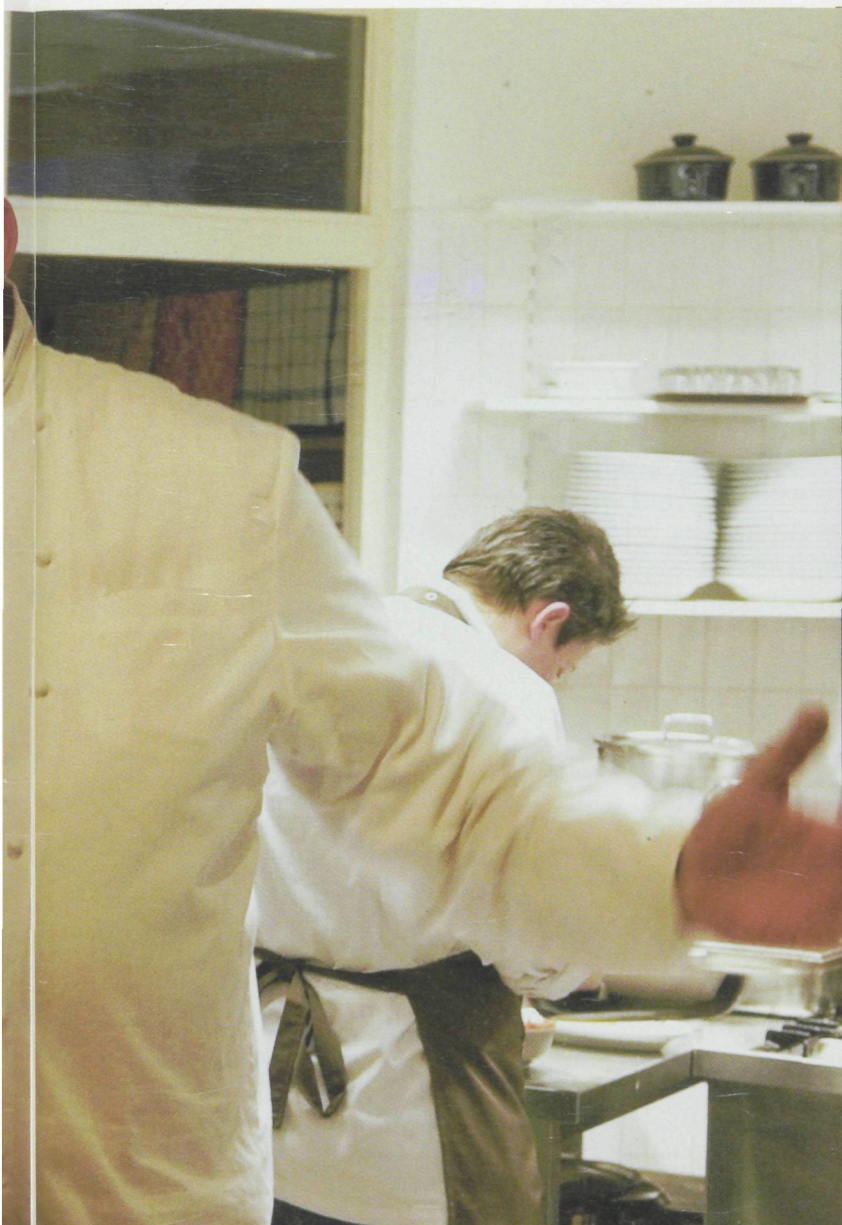
Wat meteen opvalt bij binnenkomst is de 'open haard' die anderhalve meter boven de vloer lijkt te zweven. Aan welke tafel je ook zit, overal brengt het vuur je vanuit je ooghoeken in een aangename stemming. Onthaasten is hier een koud kunstje. Er is veel veranderd sinds Herman voor het eerst het Eco-café binnenstapte: "Het viel me niet mee die eerste keer. Het Eco-café was toch een beetje armoedig; tussen de folders en souvenirtjes kon je toevallig ook een kopje koffie of een pompoensoepje bestellen. Het was niet echt warm of uitnodigend."

Herman bedacht de open haard om wat sfeer te brengen, maar die paste niet in de filosofie van De Kleine Aarde. De haardkachels van Harrie Leenders doen dat wel. Ko de Zeeuw lacht: "Zo verdwijnt tenminste niet alle warmte door de schoorsteen. De leverancier schrok alleen wel een beetje toen hij hoorde dat hij de kachels binnen een week moest leveren!" Zo ging het die hele week: in ijltempo slopen en weer opbouwen, veertien uur per dag timmeren en schuren. De keuken openbreken, deuropeningen dichtmetzelen of verplaatsen.

Symbool

De directeur is zeer tevreden: "Ik zie het vernieuwde restaurant als een symbool voor het proces van professionalisering dat we met De Kleine Aarde een paar jaar geleden hebben ingezet. Zo kunnen we onze missie, inspireren tot een duurzame leefstijl, op een relevante, maar ook aangename en eigen-





Herman:
 'Niet alles gaat opeens perfect omdat
 je op de tv bent geweest. Wij kunnen
 alleen een zetje geven.'



Sannie: 'Herman kan je na één dag
 vertellen wat er mis is en hoe je dat
 kunt verbeteren.'



tijdse manier aan het publiek presenteren. Door Herman zijn we weer eens gewezen op de noodzaak van klantgericht werken." Herman knikt: "Sannie komt uit de horeca. Mensen hebben rare ideeën over de horeca. Ze denken dat je fortuinen verdient en dat je altijd maar in een grote slee rijdt. De werkelijkheid is dat je veel moeite moet doen voor je poen. Sannie doet het goed: er is discipline en idealisme in haar team, maar dat is nog niet genoeg. 'Herrie In Het Hotel' maakt nogal wat los, maar de mensen moeten het zelf doen. Het is niet zo dat alles opeens perfect gaat omdat je op de tv bent geweest. Wij kunnen alleen een zetje geven."

Sannie maakte dankbaar gebruik van dat zetje en liet zich niet intimideren door de twaalfkoppige tv-ploeg of het gelauwerde imago van Herman. "Ik weet dat veel koks tegen hem opkijken, maar daar had ik niet zo'n last van. De samenwerking was een feestje. Herman kan je na één dag vertellen wat er mis is en hoe je dat kunt verbeteren. Dat is ongelooflijk knap en precies wat ik zocht, want ik zag hier veel kansen die niet werden benut. We grijpen ze nu dankzij het programma wél."

Zo werd de keuken verplaatst van de boerderij die zo'n 20 meter van het Eco-café ligt naar het nieuwe bezoekerscentrum. Daardoor zitten keuken en bediening niet langer in twee aparte gebouwen, maar bij elkaar. Bovendien sloopte Herman een deel van de muur weg zodat gasten vanuit het restaurant in de keuken kijken. Sannie: "Je voelt je zo veel meer betrokken. Nu kan er iemand uit het restaurant eens roepen: 'Goh kokkie, het was lekker!' We zijn als team gegroeid en sterker geworden, daar ben ik als teamleider trots op. We hebben meer overleg en zijn zelf ook eens gezellig met z'n allen uit eten geweest. Het is mooi hier te mogen werken, iedereen heeft passie voor de doelen van De Kleine Aarde."

Droom

Ook Herman den Blijker zag meteen kansen: "Je hebt hier de gouden formule, de droom van elke chef: grond, tijd en vrijwilligers. En een eigen biologische moestuin en een kas naast het restaurant!" Hij glimlacht veelbetekend: "Gelukkig gaan jullie nu ook in de kas groenten kweken en niet alleen exposities organiseren."

Sannie vertelt hoe heerlijk het is om in de zomer naar buiten te lopen met een emmertje om bramen en frambozen te plukken voor bij het ijs. Herman is zoals alle topkoks een groot voorstander van biologische en duurzame producten: "Het is jammer dat er nog steeds gezeur is over geitenwollen



Herman:
'Je hebt hier de gouden formule, de droom van elke chef: grond, tijd en vrijwilligers.'



Ko: 'We presenteren onze missie op een relevante, maar ook aangename en eigentijdse manier aan het publiek.'

THEMA

(H)EERLIJK ETEN

tijdse manier aan het publiek presenteren. Door Herman zijn we weer eens gewezen op de noodzaak van klantgericht werken.”

Herman knikt: “Sannie komt uit de horeca. Mensen hebben rare ideeën over de horeca. Ze denken dat je fortuinen verdient en dat je altijd maar in een grote slee rijdt. De werkelijkheid is dat je veel moeite moet doen voor je poen. Sannie doet het goed: er is discipline en idealisme in haar team, maar dat is nog niet genoeg. ‘Herrie In Het Hotel’ maakt nogal wat los, maar de mensen moeten het zelf doen. Het is niet zo dat alles opeens perfect gaat omdat je op de tv bent geweest. Wij kunnen alleen een zetje geven.”

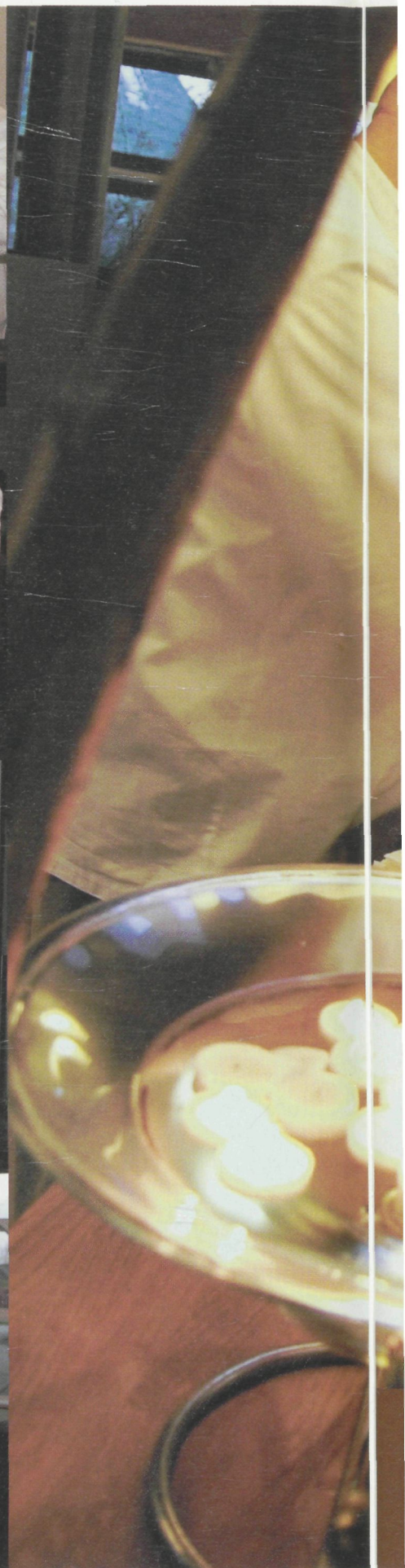
Sannie maakte dankbaar gebruik van dat zetje en liet zich niet intimideren door de twaalfkoppige tv-ploeg of het gelauwerde imago van Herman. “Ik weet dat veel koks tegen hem opkijken, maar daar had ik niet zo’n last van. De samenwerking was een feestje. Herman kan je na één dag vertellen wat er mis is en hoe je dat kunt verbeteren. Dat is ongelooflijk knap en precies wat ik zocht, want ik zag hier veel kansen die niet werden benut. We grijpen ze nu dankzij het programma wèl.”

Zo werd de keuken verplaatst van de boerderij die zo’n 20 meter van het Eco-café ligt naar het nieuwe bezoekerscentrum. Daardoor zitten keuken en bediening niet langer in twee aparte gebouwen, maar bij elkaar. Bovendien sloopte Herman een deel van de muur weg zodat gasten vanuit het restaurant in de keuken kijken. Sannie: “Je voelt je zo veel meer betrokken. Nu kan er iemand uit het restaurant eens roepen: ‘Goh kokkie, het was lekker!’ We zijn als team gegroeid en sterker geworden, daar ben ik als teamleider trots op. We hebben meer overleg en zijn zelf ook eens gezellig met z’n allen uit eten geweest. Het is mooi hier te mogen werken, iedereen heeft passie voor de doelen van De Kleine Aarde.”

Droom

Ook Herman den Blijker zag meteen kansen: “Je hebt hier de gouden formule, de droom van elke chef: grond, tijd en vrijwilligers. En een eigen biologische moestuin en een kas naast het restaurant!” Hij glimlacht veelbetekenend: “Gelukkig gaan jullie nu ook in de kas groenten kweken en niet alleen exposities organiseren.”

Sannie vertelt hoe heerlijk het is om in de zomer naar buiten te lopen met een emmertje om bramen en frambozen te plukken voor bij het ijs. Herman is zoals alle topkoks een groot voorstander van biologische en duurzame producten: “Het is jammer dat er nog steeds gezeur is over geitenwollen



Herman:
'Je hebt hier de gouden formule, de
droom van elke chef: grond, tijd en
vrijwilligers.'



Ko: 'We presenteren onze missie op
een relevante, maar ook aangename en
eigentijdse manier aan het publiek.'



THEMA

(H)EERLIJK ETEN

sokken. Een kok moet zich altijd bewust zijn van wat hij in de pan gooit. Géén vlees dat paars is van de stress bij de slacht. Je kunt het zien en proeven als een dier een goed leven heeft gehad. De braadkuikens, de inteelparkieten van de bio-industrie, zijn pechvogels. Kippen hebben ruimte nodig. Je speelt toch een beetje voor God als je een dier doodmaakt en voor jouw genot op je bord legt. Dat moet je met respect doen. Mijn motto is: 'van fok tot kok'. Je moet weten waar je producten vandaan komen: de dikbillen van het Maas-Rijn-IJsselras, lamsvlees uit de Beulaeker Wiede, duurzaam gevangen vis, een Bresse-kip, vergeten groenten, oude rassen, noem maar op. Eén appel van een oud ras bevat evenveel vitamines als vier kilo van een nieuw ras."

Stuipen

Herman den Blijker moest bij De Kleine Aarde wel even wennen aan zoveel duurzaamheid bij elkaar. Een argeloos bezoek aan het composttoilet joeg hem de stuipen op het lijf. Muren die warmte geven, ecologische verf, het ging hem soms wat ver: "Het was heel leuk om te zien hoe we soms vanuit totaal andere motieven tot hetzelfde resultaat kwamen, bijvoorbeeld met die open haard. Ik ben wel iets bewuster geworden."

Van de 'padvinderijkamertjes' in het hotel boven wist hij ook al niet wat te denken: "Voor mij klopte het gevoel niet, je moet je lekker voelen in een hotel." Sannie relateert: "Ik begrijp de bezwaren van Herman, maar veel van onze gasten hebben nu juist iets met *basic*. Het hotel is goed en netjes – en de bedden zijn uitstekend, dat is toch het belangrijkste."

Ko de Zeeuw vult aan: "Ook de vergader ruimtes zijn aangepakt en de zaal achter het restaurant is multifunctioneel geworden."



Daar kunnen nu bijvoorbeeld ook gezelschappen eten, apart van de rest van het restaurant. Vergaderen op De Kleine Aarde is met dit restaurant een stuk aantrekkelijker geworden, het levert een unieke ervaring op. We kunnen op de verschillende locaties honderden mensen kwijt!"

Terug naar de basis

De missie van De Kleine Aarde staat uiteraard centraal in de keuken. Sannie: "Ik ga werken met een kleine kaart en koken met een zo klein mogelijke Voetafdruk: met streekproducten en met groenten en fruit van het seizoen. Het is niet voor niets dat er in de winter geen aardbeien groeien. Als er geen verse tomaten zijn, werken we met zongedroogde tomaten, of we maken een lekkere salade met rode kool of bieten. Met de seizoenen meekoken hoeft geen beperking te zijn, je moet wel creatiever zijn met je producten en dŭrven: bijvoorbeeld met pastinaak en winterwortel."

In de praktijk ligt het accent op vegetarische gerechten. Toch zal er ook vlees op de kaart staan. Sannie: "We willen niet dogmatisch zijn, maar laten wel graag zien hoe het anders kan." Ook Ko de Zeeuw is enthousiast over de vegetarische keuken: "Voor mij was het een openbaring. Ik had volkomen onte-

recht het idee dat vegetarisch niet lekker kŉn zijn, maar het is heerlijk. Als ik nu hier in het restaurant eet mis ik het vlees absoluut niet. Eerder al ging ik een hybride auto rijden – ik verbruik nu nog maar de helft van de brandstof – nu heb ik culinair mijn leven gebeterd!" Hij is ook blij met de positieve reacties van de gasten: "Een oud-bestuurslid kwam hier met een aantal gasten dineren en het gezelschap was zeer enthousiast." Er komt een aantrekkelijke lunchkaart en er wordt uitleg gegeven bij de gerechten. Aan koken met een kleine Voetafdruk wordt ook in kookworkshops meer bekendheid gegeven. Het zal ook tijdens het jaarlijkse evenement voor lekkerbekken, de Culinaarde op zondag 28 september, een thema zijn. Het restaurant blijft in de toekomst dagelijks langer open zodat bezoekers na een dagje op De Kleine Aarde er kunnen eten of een borreltje kunnen drinken. Sannie: "We doen er alles aan om de gasten te laten genieten van de mooie dingen die de natuur ons geeft. Door Herman zijn we weer terug bij de basis. Lekker koken deden we al, maar we realiseren ons nu weer beter welke mooie, eerlijke producten we hebben."

Meer info: www.dekleineaarde.nl en www.sanniescookingforyou.nl

Hebt u de uitzending van 'Herrie In Het Hotel' gemist? Kijk dan op: www.rtl.nl/huis-tuinkeuken/herrieinhethotel uitzending van dinsdag 6 mei op RTL 4 om 21.30 uur.





Sannie:
 'Met de seizoenen meekoken
 maakt je creatiever met je producten.
 Je moet d rven.'



10% korting

10% KORTING OP FIETSARRANGEMENT
 EN/OF DINER EN OVERNACHTING

Dineren bij De Kleine Aarde

Tegen inlevering van deze bon krijgt u 10% korting op de prijzen van fietsarrangement en/of diner en overnachting.

Viergangendiner vanaf € 24,50 p.p. vegetarisch
 en vanaf € 30,50 p.p. met vlees

Overnachting: € 29,- p.p.
 of € 26,- p.p. voor Vrienden, exclusief ontbijt (ontbijt € 8,-)

Fietsarrangement (zie ook pagina 20)

U kunt de routes met uw eigen fiets rijden of een fiets huren bij De Kleine Aarde.

Op zondag zijn er twee routes waaruit u kunt kiezen:
 Het Groene Woud (35 km) en de Dommelroute (32 km).
 Prijs: € 19,50, huurfiets € 7,50. U wordt voorzien van een picknickmand die met lekkere biologische producten is gevuld door De Kleine Aarde.

Op dinsdag tot en met zaterdag zijn er ook twee routes mogelijk: de Mortelenboerenroute (35 km), prijs € 24,50 en de Dommelroute, (32 km), prijs € 19,50.

U krijgt een gedeeltelijk gevulde picknickmand mee. Onderweg vult u deze bij de ecologische boerderijen langs de route met geitenkaas, sap of fruit.



FIETSARRANGEMENTEN VOOR SPORTIEVE LEKKERBEKKEN

Smullend op de fiets

De Kleine Aarde biedt een aantal dagarrangementen voor lekkerbekken die ook sportief zijn. Stap op de fiets en vul uw picknickmand met streekproducten.

Een dagje op pad in de natuur en onderweg uw picknickmand vullen. In eigen tempo langs streekproducenten om allerlei producten op te halen. De picknickmanden staan al gereed voor gebruik. Na een kopje koffie ontvangt u de route die door het nationale landschap Het Groene Woud (Meierij) voert, een stuk cultuurlandschap vol rust, ruimte en prachtige boerderijen. Zo bezoekt u onder meer een geitenboerderij en komt u bij adressen waar fruit, honingwijn, jams of verse aardbeien te koop zijn.

Fietsroutes met picknickmand
Van dinsdag tot en met zaterdag heeft u keus uit twee routes, van 32 of 35 km, met verschillende streekproducenten. U kunt kiezen voor de Dommelroute (32 km) of de Mortelenboerenroute (35 km).
Op zondag kunt u een keuze maken uit de Dommelroute (32 km) of de Groene

Woudroute (35 km) en gaat u op weg met een picknickmand die volledig is gevuld door De Kleine Aarde.
De fietsarrangementen zijn te boeken vanaf medio april t/m oktober.

Prijzen
Prijs p.p. inclusief picknick en entree Eco-park:
Dommelroute € 19,50
Mortelenboerenroute € 24,50
Groene Woudroute € 19,50

Huur fiets: € 7,50
Waarborg fiets: € 25,-
Waarborg mand: € 25,-

Reserveren?
Bel (0411) 68 49 21
of surf naar www.dekleineaarde.nl



COLUMN

PETRA VAN HEIJNINGEN

Organic

Vind ik zomaar een leuk *organic cotton* T-shirt bij de Hema! Lekker zacht en gemaakt van biologische katoen, dus geteeld zonder gebruik van kunstmest en chemische bestrijdingsmiddelen. Mijn zoon van vier doet meteen zijn jas uit om het T-shirt te passen en bekijkt vervolgens stralend zijn spiegelbeeld. Betalen en aan pappa laten zien, dat T-shirt!

Op de stapel in de kledingkast steekt het *organic cotton* T-shirt schril af bij de rest. Daarvoor is dan hoogstwaarschijnlijk wél gebruikgemaakt van kunstmest en chemische bestrijdingsmiddelen... Hoe zit het eigenlijk met mijn eigen garderobe? Ook weinig verantwoord, vrees ik. Ik ben al blij als ik iets kan kiezen wat ik echt mooi vind. Als het past, kijk ik hooguit op het label om te checken of het is gemaakt van natuurlijke materialen (want dat zit lekkerder). Over biologische materialen heb ik in de winkels waar ik kom nog nooit iets gezien of gehoord.

Tot voor kort associeerde ik verantwoorde kleding vooral met onvrouwelijke hobbezakken die ruim om het lijf heen fladderen. Liefst met overbodige zakken op onmogelijke plaatsen en rare flappen die ogenschijnlijk nergens toe dienen. Waarom de eerste



Petra van Heijningen (38) heeft een tekst- en redactie bureau, woont samen en is moeder van twee kinderen.

duurzame kleding er zo oncharmant uitzag, is me nog altijd een raadsel. Natuurlijk heb ik ook wel eens modereportages voorbij zien komen met hippe eco-outfits, maar mijn vooroordelen bleken diep verankerd te zitten. Met het *organic cotton*

T-shirt voor mijn zoon is de eerste stap dan toch gezet naar een meer verantwoord gevulde kledingkast.

Deze zomer ga ik op zoek naar meer mooi en *organic*! Ik hoop dat veel andere bedrijven het voorbeeld van de Hema volgen, want het is ook niet mijn bedoeling om het hele land door te crossen op zoek naar 'mooi en *organic*'. En me beperken tot de Hema-look gaat me wat te ver.

Als duurzaam een iets hogere prijs betekent, dan heb ik dat er wel voor over. Ik ben vooral benieuwd of ik met mijn kritische smaak kan slagen. Ach, één *organic* zomershirtje moet wel lukken. Daarmee is mijn garderobe al een stuk duurzamer dan in voorgaande jaren. Niets kopen is trouwens ook duurzaam. Dat is pas echt een uitdaging.

(Advertenties)

de halm
Crunchy
Muesli
Tropisch Fruit
Muesli Chouffiant
Tropical
500 gram

Nieuw. Crunchy: oorverdovend krokant!

de halm

Proef nu Crunchy Tropisch Fruit met de exotische smaak van ananas, banaan en mango. De gezonde en zeer rijke muesli van De Halm bevat geen toegevoegde suiker, is 100% Bio en absoluut de krokantste! www.dehalm.nl

eatgreen

www.eatgreen.nl

Natuurkampeerterreinen:

140 prachtige terreinen
voor kampeersers die kiezen
voor rust, ruimte en ontspanning

Da's pas kamperen!

www.natuurkampeerterreinen.nl



Bestellen bij Haver

Klanten bestellen via de website www.vanhavertotgort.nl en kiezen het dichtstbijzijnde Haverpunt. Alle Haverpunten doen eens per maand gezamenlijk een bestelling bij de groothandel. Elk Haverpunt houdt overzicht van de bestellingen van zijn eigen klanten. Op vaste dagen bezorgt de groothandel de producten bij de Haverpunten, waarna de klanten op vastgestelde tijden hun bestelling komen ophalen. Dat vraagt dus opslagcapaciteit bij de Haverpunten: de huiskamer, een garage, praktijkruimte of opslaghok. Elk Haverpunt zet de bestellingen klaar voor zijn klanten, handelt de facturen af en zorgt voor eigen publiciteit. Vera en Hannah coördineren de centrale promotie voor Van Haver tot Gort. Om de drempel te verlagen om een Haverpunt te starten (want een gemiddelde maandelijkse omzet van 650 euro is voor een beginner best veel) is er een tussenstation: beginnende Havers draaien eerst een tijd mee met een Haverpunt in de buurt, als lokaal afhaalpunt. Zij bestellen dan via het bestaande Haverpunt, waarbij de beginner de tijd heeft een eigen klantenkring op te bouwen.

De organisatie zit goed in elkaar. Het franchiseconcept is helemaal uitgeschreven, er zijn handleidingen hoe een ondernemer van een Haverpunt haar eigen boekhouding kan opzetten en voor publiciteit kan zorgen. Voor beginnende Havers is er een training van een dagdeel en daarna worden ze goed begeleid. Ondernemers van Haverpunten ondertekenen een contract voor de franchiseformule. Om ervaringen en nieuwe ontwikkelingen uit te wisselen, organiseert Van Haver tot Gort drie keer per jaar een Havermiddag voor alle ondernemers van Haverpunten, vaak bij iemand thuis. Wie overweegt een Haverpunt te beginnen, moet goed onderzoeken hoe haalbaar een Haverpunt is. Ze kan alvast een potentiële klantenkring opbouwen.



'Voor mij is het belangrijk om bewust in het leven te staan. Zoveel mogelijk biologisch eten hoort daar vanzelfsprekend bij.'

Eigen **biowinkel** aan huis

Wie op een makkelijke en betaalbare manier biologisch wil eten, kan terecht bij van Haver tot Gort. Dit franchisenetwerk biedt vrouwen ook de mogelijkheid een eigen zaak in biologische producten te beginnen. Er zijn inmiddels 27 zogeheten Haverpunten in Nederland.

TEKST: MAIKE NELISSEN
FOTO'S: VAN HAVER TOT GORT

Initiatiefnemers Hannah Mutsaerts en Vera Verrips – 'twee vrouwen en moeders, met liefde voor lekker en biologisch eten' – raakten in 2005 met elkaar in gesprek over het gezamenlijk inkopen bij een biologische groothandel. Dat was de start van een nieuwe onderneming. De voornamen van Hannah en Vera inspireerden tot de naam 'Haver'. Die riep de associatie op met: 'van haver tot gort'. De heldere website toont een goedopgezette organisatie.

Vera Verrips, enthousiast ondernemster en moeder van kleine kinderen, praat bevlogen over het kleinschalige en ideologische netwerk van franchisenemers. "Samen met mensen in ons eigen netwerk wilden we proberen om biologische voeding in het groot in te kopen, om biologisch eten betaalbaar te houden. Omdat ik al een bedrijf in internet-marketing had, was het mogelijk om bij de groothandel aan te kloppen. De groothandel stond er voor open en dacht goed mee. De eerste paar maanden gingen we de bestellingen zelf ophalen: in onze eigen auto, met kinderen en hond op de achterbank. Dat betekende wel eens flink stouwen. Gelukkig kun je ook onder een maxicosi nog dozen kwijt.

Na een paar maanden werd de hoeveelheid artikelen zo groot, dat we de stap hebben gezet om de bestellingen thuis te laten bezorgen. Dat betekende wel dat we nu de verplichting hebben om maandelijks minimaal 650 euro per Haverpunt te bestellen."

Tien procent winst
Het Haverpunt bestaat nu uit 27 Haverpunten door het hele land, vaak gerund door

vrouwen. De meeste 'Havers' hebben er nog een eigen bedrijfje en/of gezin naast en vinden het leuk om hun eigen plaatselijke netwerk uit te breiden via Van Haver tot Gort. Want een echt inkomen genereren met je eigen biowinkel aan huis is nog een stap te ver. Bij de bestellingen die klanten doen, geldt een winstpercentage van ongeveer tien procent voor het Haverpunt. Waarom dan toch beginnen met een Haverpunt? Vera: "Het is inspirerend, je doet allerlei nieuwe contacten op in je eigen buurt. Je leert mensen kennen die je voorheen nooit sprak. Bovendien krijg je je eigen bioboodschappen goedkoop, en ze worden gratis thuisbezorgd!" Voor veel mensen die een Haverpunt runnen betekent Haver een stuk extra investeren in hun directe omgeving en een eigen onderneming hebben, hoe klein ook.

Wij-gevoel

"Voor mij is het belangrijk om bewust in het leven te staan, voor Moeder Aarde te zorgen. Zoveel mogelijk biologisch eten hoort daar vanzelfsprekend bij. Ik ben er bijna fulltime mee bezig, net als Hannah, die

Het Haverpunt in Deventer

Anja Beeuwkes besloot in september 2007 in Deventer haar eigen Haverpunt op te zetten. Ze bestelde vroeger zelf al eens via de groothandel biologische producten en hoorde van Hannah over het Haver-initiatief. Doordat het huis-aan-huisblad in het begin een groot artikel besteedde aan Haver, maakte Anja een goede start met haar Haverpunt. "Er zit langzaam groei in. Maandelijks laat ik aan een twintigtal mensen per mail weten dat ze weer kunnen bestellen. Niet iedereen plaatst elke maand een bestelling en soms haal ik het minimum-



bedrag maar net. Daar staan ook heel goede maanden tegenover. Het Haverpunt kost me ongeveer een dag per maand, en vaak gaat het werk tussendoor. Daarmee bedoel ik bijvoorbeeld: folders meenemen als ik naar de stad ga, kaartjes achterlaten et cetera." De aanmelding van nieuwe klanten loopt niet storm, ondanks veel goede folderplaatsen zoals het milieucentrum, alternatieve winkels, cursuscentra, de Vrije School, en het verspreiden van folders via de groentepakketten bij streekproducenten. De meeste nieuwe klanten komen binnen via een andere klant.

Bij Van Haver tot Gort zijn alleen droogwaren te bestellen, in grootverpakkingen. Voor de kleine hoeveelheden en voor verswaren zullen klanten toch naar een biologische winkel in de buurt moeten. Veelbestelde producten zijn koffie, volkoren meel, granen en rijst, broodbeleg en met name ook de persoonlijke verzorgingsproducten. "Ik houd er niet echt veel geld aan over, maar ik vind het aantrekkelijk om te doen. Het geregeld eromheen is leuk: mailings versturen naar klanten, de boekhouding bijhouden. Als de rolcontainer binnenkomt, pak ik die meteen uit. Dan staan er hooguit twee à drie dagen dozen in de huiskamer, voordat de klanten die komen ophalen. Ik heb er de ruimte voor en ik krijg er thuis nog geen commentaar op!"

inmiddels in Frankrijk woont. We steken nu veel tijd in landelijke publiciteit en het optimaliseren van de webshop. Dat gebeurt vaak 's nachts, als er niemand aan het bestellen is. En ik wil het Haverweb uitbreiden: om alle bijzondere en leuke verhalen van de Haverpunten ook makkelijker te kunnen uitwisselen. Ik verwacht dat we ergens in het najaar een omslagpunt bereiken: dan moeten er zoveel Haverpunten zijn met een groeiend klantenbestand en zoveel bekendheid over Haver, dat we er wat geld aan overhouden." Vera en Hannah vinden het belangrijk om de onderneming stabiel te laten groeien, vanuit hun hart. "Een consultant heeft ons eens gezegd dat het wij-gevoel van Haver ons onderscheidend maakt!" vertelt Vera trots.

Familiebedrijf

Vera runt zelf ook een Haverpunt in Dordrecht, met maandelijks twee tot drie volle rolcontainers aan bestellingen. "Het is een familieonderneming geworden: samen met de kinderen pak ik de containers uit en maken we de pakketten klaar. De kinderen weten ondertussen precies welke klant welk soort bestelling doet. Ze vinden dit

winkeltje spelen leuk. In eerste instantie was ik erg soepel naar mijn klanten, wat betreft afhaaltijden. Nu heb ik het strakker georganiseerd, met vaste afhaaluren. Bij klanten die steeds vergeten hun bestelling te halen, breng ik die thuis tegen bezorgkosten. Dan komen ze de volgende keer op tijd!" Er zijn meer Haverpunten die bezorgen. Zo heeft Haver Amsterdam-Noord een bezorgdienst per bakfiets. Het is de keuze van de ondernemster van het Haverpunt of ze wel of niet bezorging doet. Vera vertelt dat het niet goed is aan te geven wat goede Haverlocaties zijn. Het zijn niet altijd Haverpunten in kleine dorpen zonder biologische winkel die goed lopen, want er zijn ook goede Haverpunten in steden met biologische winkels. Het hangt veel meer af het netwerk, enthousiasme en pr-talent van een plaatselijk Haverpunt of het echt kans van slagen heeft. "Voor sommige klanten is zo'n webshop juist een makkelijke manier van boodschappen bestellen, bijvoorbeeld voor tweeverdieners die hun boodschappen toch al vaak lieten bezorgen via de grootgrutter. Dat lijkt wel een nieuwe doelgroep!"

Bestellen bij Haver

Klanten bestellen via de website www.vanhavertotgort.nl en kiezen het dichtstbijzijnde Haverpunt. Alle Haverpunten doen eens per maand gezamenlijk een bestelling bij de groothandel. Elk Haverpunt houdt overzicht van de bestellingen van zijn eigen klanten. Op vaste dagen bezorgt de groothandel de producten bij de Haverpunten, waarna de klanten op vastgestelde tijden hun bestelling komen ophalen. Dat vraagt dus opslagcapaciteit bij de Haverpunten: de huiskamer, een garage, praktijkruimte of opslaghok. Elk Haverpunt zet de bestellingen klaar voor zijn klanten, handelt de facturen af en zorgt voor eigen publiciteit. Vera en Hannah coördineren de centrale promotie voor Van Haver tot Gort. Om de drempel te verlagen om een Haverpunt te starten (want een gemiddelde maandelijkse omzet van 650 euro is voor een beginner best veel) is er een tussenstation: beginnende Havers draaien eerst een tijd mee met een Haverpunt in de buurt, als lokaal afhaalpunt. Zij bestellen dan via het bestaande Haverpunt, waarbij de beginner de tijd heeft een eigen klantenkring op te bouwen.

De organisatie zit goed in elkaar. Het franchiseconcept is helemaal uitgeschreven, er zijn handleidingen hoe een ondernemster van een Haverpunt haar eigen boekhouding kan opzetten en voor publiciteit kan zorgen. Voor beginnende Havers is er een training van een dagdeel en daarna worden ze goed begeleid. Ondernemers van Haverpunten ondertekenen een contract voor de franchiseformule. Om ervaringen en nieuwe ontwikkelingen uit te wisselen, organiseert Van Haver tot Gort drie keer per jaar een Havermiddag voor alle ondernemers van Haverpunten, vaak bij iemand thuis. Wie overweegt een Haverpunt te beginnen, moet goed onderzoeken hoe haalbaar een Haverpunt is. Ze kan alvast een potentiële klantenkring opbouwen.



Eigen biowinkel a

Wie op een makkelijke en betaalbare manier biologisch wil eten, kan terecht bij van Haver tot Gort. Dit franchisenetwerk biedt vrouwen ook de mogelijkheid een eigen zaak in biologische producten te beginnen. Er zijn inmiddels 27 zogeheten Haverpunten in Nederland.

TEKST: MAIKE NELISSEN
FOTO'S: VAN HAVER TOT GORT

Initiatiefnemers Hannah Mutsaerts en Vera Verrips – ‘twee vrouwen en moeders, met liefde voor lekker en biologisch eten’ – raakten in 2005 met elkaar in gesprek over het gezamenlijk inkopen bij een biologische groothandel. Dat was de start van een nieuwe onderneming.

De voornamen van Hannah en Vera inspireerden tot de naam ‘Haver’. Die riep de associatie op met: ‘van haver tot gort’. De heldere website toont een goedopgezette organisatie.

Vera Verrips, enthousiast ondernemster en moeder van kleine kinderen, praat bevoegen over het kleinschalige en ideologische netwerk van franchisenemers. “Samen met mensen in ons eigen netwerk wilden we proberen om biologische voeding in het groot in te kopen, om biologisch eten betaalbaar te houden. Omdat ik al een bedrijf in internetmarketing had, was het mogelijk om bij de groothandel aan te kloppen. De groothandel stond er voor open en dacht goed mee.

De eerste paar maanden gingen we de bestellingen zelf ophalen: in onze eigen auto, met kinderen en hond op de achterbank. Dat betekende wel eens flink stouwen. Gelukkig kun je ook onder een maxicosi nog dozen kwijt.

Na een paar maanden werd de hoeveelheid artikelen zo groot, dat we de stap hebben gezet om de bestellingen thuis te laten bezorgen. Dat betekende wel dat we nu de verplichting hebben om maandelijks minimaal 650 euro per Haverpunt te bestellen.”

Tien procent winst
Het Havernetwerk bestaat nu uit 27 Haverpunten door het hele land, vaak gerund door

Voor mij is het belangrijk om bewust in het leven te staan. Zoveel mogelijk biologisch eten hoort daar vanzelfsprekend bij.

Het Haverpunt in Deventer

Anja Beeuwkes besloot in september 2007 in Deventer haar eigen Haverpunt op te zetten. Ze bestelde vroeger zelf al eens via de groothandel biologische producten en hoorde van Hannah over het Haver-initiatief. Doordat het huis-aan-huisblad in het begin een groot artikel besteedde aan Haver, maakte Anja een goede start met haar Haverpunt. "Er zit langzaam groei in. Maandelijks laat ik aan een twintigtal mensen per mail weten dat ze weer kunnen bestellen. Niet iedereen plaatst elke maand een bestelling en soms haal ik het minimum-

bedrag maar net. Daar staan ook heel goede maanden tegenover. Het Haverpunt kost me ongeveer een dag per maand, en vaak gaat het werk tussendoor. Daarmee bedoel ik bijvoorbeeld: folders meenemen als ik naar de stad ga, kaartjes achterlaten et cetera." De aanmelding van nieuwe klanten loopt niet storm, ondanks veel goede folderplaatsen zoals het milieucentrum, alternatieve winkels, cursuscentra, de Vrije School, en het verspreiden van folders via de groentepakketten bij streekproducenten. De meeste nieuwe klanten komen binnen via een andere klant.

Bij Van Haver tot Gort zijn alleen droogwaren te bestellen, in grootverpakkingen. Voor de kleine hoeveelheden en voor verswaren zullen klanten toch naar een biologische winkel in de buurt moeten.

Veelbestelde producten zijn koffie, volkoren meel, granen en rijst, broodbeleg en met name ook de persoonlijke verzorgingsproducten. "Ik houd er niet echt veel geld aan over, maar ik vind het aantrekkelijk om te doen. Het geregeld eromheen is leuk: mailings versturen naar klanten, de boekhouding bijhouden. Als de rolcontainer binnenkomt, pak ik die meteen uit. Dan staan er hooguit twee à drie dagen dozen in de huiskamer, voordat de klanten die komen ophalen. Ik heb er de ruimte voor en ik krijg er thuis nog geen commentaar op!"



aan huis

vrouwen. De meeste 'Havers' hebben er nog een eigen bedrijfje en/of gezin naast en vinden het leuk om hun eigen plaatselijke netwerk uit te breiden via Van Haver tot Gort. Want een echt inkomen genereren met je eigen biowinkel aan huis is nog een stap te ver. Bij de bestellingen die klanten doen, geldt een winstpercentage van ongeveer tien procent voor het Haverpunt. Waarom dan toch beginnen met een Haverpunt? Vera: "Het is inspirerend, je doet allerlei nieuwe contacten op in je eigen buurt. Je leert mensen kennen die je voorheen nooit sprak. Bovendien krijg je je eigen bioboodschappen goedkoop, en ze worden gratis thuisbezorgd!" Voor veel mensen die een Haverpunt runnen betekent Haver een stuk extra investeren in hun directe omgeving en een eigen onderneming hebben, hoe klein ook.

Wij-gevoel

"Voor mij is het belangrijk om bewust in het leven te staan, voor Moeder Aarde te zorgen. Zoveel mogelijk biologisch eten hoort daar vanzelfsprekend bij. Ik ben er bijna fulltime mee bezig, net als Hannah, die

inmiddels in Frankrijk woont. We steken nu veel tijd in landelijke publiciteit en het optimaliseren van de webshop. Dat gebeurt vaak 's nachts, als er niemand aan het bestellen is. En ik wil het Haverweb uitbreiden: om alle bijzondere en leuke verhalen van de Haverpunten ook makkelijker te kunnen uitwisselen. Ik verwacht dat we ergens in het najaar een omslagpunt bereiken: dan moeten er zoveel Haverpunten zijn met een groeiend klantenbestand en zoveel bekendheid over Haver, dat we er wat geld aan overhouden." Vera en Hannah vinden het belangrijk om de onderneming stabiel te laten groeien, vanuit hun hart. "Een consultant heeft ons eens gezegd dat het wij-gevoel van Haver ons onderscheidend maakt!" vertelt Vera trots.

Familiebedrijf

Vera runt zelf ook een Haverpunt in Dordrecht, met maandelijks twee tot drie volle rolcontainers aan bestellingen. "Het is een familieonderneming geworden: samen met de kinderen pak ik de containers uit en maken we de pakketten klaar. De kinderen weten ondertussen precies welke klant welk soort bestelling doet. Ze vinden dit

winkeltje spelen leuk. In eerste instantie was ik erg soepel naar mijn klanten, wat betreft afhaaltijden. Nu heb ik het strakker georganiseerd, met vaste afhaalluren. Bij klanten die steeds vergeten hun bestelling te halen, breng ik die thuis tegen bezorgkosten. Dan komen ze de volgende keer op tijd!" Er zijn meer Haverpunten die bezorgen. Zo heeft Haver Amsterdam-Noord een bezorgdienst per bakfiets. Het is de keuze van de ondernemer van het Haverpunt of ze wel of niet bezorging doet. Vera vertelt dat het niet goed is aan te geven wat goede Haverlocaties zijn. Het zijn niet altijd Haverpunten in kleine dorpen zonder biologische winkel die goed lopen, want er zijn ook goede Haverpunten in steden met biologische winkels. Het hangt veel meer af het netwerk, enthousiasme en pr-talent van een plaatselijk Haverpunt of het echt kans van slagen heeft. "Voor sommige klanten is zo'n webshop juist een makkelijke manier van boodschappen bestellen, bijvoorbeeld voor tweeverdieners die hun boodschappen toch al vaak lieten bezorgen via de grootgrutter. Dat lijkt wel een nieuwe doelgroep!"



VOEDSELPRODUCTIE BINNEN DE BEBOUWDE KOM

Onafhankelijk dankzij een moestuin

Omstandigheden zorgden ervoor dat veel inwoners van Groot-Brittannië, Zwitserland en Cuba een moestuin aanlegden en onderhielden. De voordelen van een eigen groentetuin en van tuinieren zijn groot. Waarom kiezen we in Nederland niet vrijwillig voor deze gezonde bezigheid?

TEKST EN FOTO'S: VERA GREUTINK

Vóór de Tweede Wereldoorlog importeerde Groot-Brittannië jaarlijks rond 55 miljoen etenswaren. De Duitsers deden natuurlijk alles wat in hun macht lag om deze import te bemoeilijken. De dalende import dwong de Britse regering over te gaan tot rantsoenering.

Maar ze deed nog iets anders: ze startte de campagne 'Dig for Victory' die alle burgers aanmoedigde om een moestuin te beginnen. Het ministerie van Landbouw distribueerde handleidingen met beplantingsplannen.

Gazon en bloembedden moesten wijken voor groenten. De campagne was buitengewoon succesvol: ongeveer 1,4 miljoen mensen hadden een moestuin en velen hielden ook kippen, konijnen, geiten of varkens in hun achtertuin.

Zwitserland pakte hetzelfde probleem aan in het 'Wahlen'-plan, genoemd naar Friedrich Traugott Wahlen, een Zwitsers politicus en hoogleraar landbouwkunde. In de jaren '30 werkte hij een plan uit voor Zwitserlands'

zelfvoorziening in basisvoedsel. Tijdens de Tweede Wereldoorlog werd dit plan benut. Zwitsers legden waar mogelijk moestuinen aan om een eventuele hongersnood te voorkomen. Alle groene terreinen die niet in gebruik waren (inclusief stadsparken en siertuinen) werden in gebruik genomen voor het cultiveren van granen, aardappels en groenten. Aan het einde van de oorlog was Zwitserland voor 80% zelfvoorzienend.

Enorme omschakeling

In recente jaren werd het grote potentieel voor voedselproductie binnen de bebouwde kom bewezen in Cuba. Dit land was voorheen bijna totaal afhankelijk van import. De landbouw, die hoofdzakelijk rietsuiker en tabak voor export produceerde, was gebaseerd op het gebruik van aardolie en bestrijdingsmiddelen. Toen de import van etenswaren en aardolie vanuit de Sovjet-Unie bijna van de ene op de andere dag stopte, betekende dat een enorme omschakeling voor het land. Nu is de schatting dat 80% van de land- en tuinbouw op Cuba biologisch is. Een groot deel wordt geproduceerd waar ook de consumptie plaatsvindt: in of nabij de steden. Wat er in Cuba is gebeurd kan op den duur alle landen overkomen: we zijn in grote mate afhankelijk van niet-hernieuwbare bronnen en die raken langzaam maar zeker op. Misschien is het verstandig om ons nu al voor te bereiden op de situatie dat de voorraad fossiele brandstoffen uitgeput is en niet te wachten tot we gedwongen worden om drastische maatregelen te nemen. Een deel van het eigen voedsel produceren ligt binnen het bereik van iedereen die over een lapje grond beschikt, hoe klein ook. Hebt u geen tuin bij uw huis, dan kunt u vaak een volkstuin in de buurt vinden. Behalve de voldoening die u eruit haalt, brengt tuinieren ook veel voordelen mee voor het milieu: alles wat u in uw achtertuin kweekt hoeft niet verpakt of vervoerd te worden. Een kleine tot middelgrote tuin kan makkelijk worden bijgehouden met enkel handgereedschap, zonder het gebruik van elektriciteit of brandstof. Daarnaast kunnen kleine moestuinen tot drie keer productiever zijn dan grote velden, vanwege de grotere aandacht die het stukje grond krijgt. Dus is er per saldo minder grond nodig om dezelfde hoeveelheid voedsel te produceren. De voordelen voor uw eigen gezondheid zijn ook niet gering: het vitaminegehalte van groenten gaat na de oogst sterk achteruit, maar groenten uit uw tuin kunt u natuurlijk meteen na de oogst opeten. En of er restjes bestrijdingsmiddelen inzitten, dat hebt u zelf in de hand...

Stoppen met spitten

Maar we kunnen nog een stap verder gaan. Een moestuin wordt traditioneel elk jaar omgespit. Hierbij reageert de koolstof in de grond met de zuurstof uit de lucht: daardoor ontstaat CO₂, dat zoals bekend een bijdrage levert aan het broeikaseffect.

Als we stoppen met spitten vermindert de voedselgerelateerde CO₂-uitstoot nog verder. Om niet te hoeven spitten is het nodig met vaste bedden te werken: grond die u niet betreedt, wordt ook niet compact. En de voornaamste reden voor spitten is: compacte

grond weer los maken. Voedingsstoffen in de vorm van compost of stalmest kunnen ook van bovenaf geleverd worden; ze hoeven niet per se te worden ondergespit. En dan kunnen we nóg een stap verder gaan. In plaats van een moestuin (met voornamelijk eenjarige groenten) kunnen we ook een eetbaar bos aanleggen. Dit bootst het natuurlijke ecosysteem van een bos na, het meest stabiele ecosysteem in ons klimaat. Voedselteelt vindt hier niet plaats in keurige rijtjes maar in 'etages'. Fruitbomen worden gecombineerd met kleinfruit, vaste groenten (eeuwig moeskool, brave Hendrik, pijplook), kruiden, klimmers (zoals druiven en kiwi's) en planten die zichzelf uitzaaien. Eetbare en medicinale bloemen zoals komkommerkruid en goudsbloem maken er een bont geheel van. De grote verscheidenheid aan soorten maakt dat ziektes en plagen nooit een groot probleem vormen. De grond wordt na het aanleggen niet meer gespit en maar bij voorkeur, net als in een bos, permanent bedekt met een mulchlaag. Mulch houdt de grond in een goede, natuurlijke conditie (in het Engels is er sprake van 'wild soil') en voorkomt verdamping, zodat de tuin vrijwel niet begoten hoeft te worden. Tropen

Dit systeem wordt al lang in de tropen toegepast. De Engelsman Robert Hart vertaalde het naar ons gematigde klimaat. Hij experimenteerde in zijn eigen bostuin volop met eetbare planten die geschikt zijn voor deze boeiende alternatieve manier van voedselproductie.

Omdat de bostuin voor het overgrote deel uit vaste planten bestaat, is na het aanleggen het meeste werk gebeurd. Een jaarlijkse snoeibeurt, in het voorjaar de grond grondig mulchen en verder vooral oogsten! Dat maakt dit type tuin ook geschikt voor mensen die weinig tijd hebben of wiens gezondheid het niet toelaat om een traditionele moestuin te beheren. Bovendien kan een eetbare bostuin ook vaak worden aangelegd in tuinen die voor veeleisende eenjarige groenten minder ideaal zijn. Om het principe van de eetbare bostuin toe te passen heb je niet veel ruimte nodig. In een bak van bijvoorbeeld 0,5 meter diep en 3,5 meter lang past al een verzameling eetbare planten: een druivelaar (Vanessa Seedless), mediterrane kruiden en citrus-afrikaantjes. Wordt het geen tijd voor een '(Don't) dig for victory'-campagne in Nederland?

Open dag

Meer informatie over eetbare tuinen, een open dag op 18 juni in Hengelo en diverse cursusmogelijkheden: www.tuinsmakelijk.nl



Culinaarde 2008

feest voor lekkerbekken

September is traditiegetrouw de maand van Culinaarde bij De Kleine Aarde. Om alvast in uw agenda te noteren: op zondag 28 september pakt Culinaarde groots uit als afsluiting van de Week van de Smaak (van 22 tot en met 28 september 2008).



Kom proeven van de sfeer en de gezelligheid en natuurlijk van alle heerlijke hapjes en dranken bij de buffetten, kookdemonstraties en proeverijen. Geniet van de speciale rondleidingen door de tuinen en alles wat het Eco-park te bieden heeft.

Homemade

In speciale stands worden tapas bereid en jams, compote en soep gemaakt. Onze koks leren u hoe u met seizoensproducten de mooiste gerechten kunt maken.

Speciaal kinderprogramma

Voor de kinderen is er een speciaal programma: koekjes bakken in de grote keuken, poffertjes eten en oud-Hollands 'appelhapen'. De kinderen kunnen meedoen aan een speurtocht en bij diverse punten op het Eco-park staan stalletjes waar ijs en diksap worden verkocht.

Het volledige programma kunt u binnenkort vinden op www.dekleineaarde.nl





Mooi Goed

ZOMER



MADE BY

Made-By, een initiatief van Solidaridad, is een overkoepelend label voor merken die willen laten zien dat hun kleding op eerlijke wijze geproduceerd is. Deze merken gebruiken biologisch katoen voor hun kleding en laten deze produceren in fabrieken die garanderen dat de werknemers onder gezonde en veilige omstandigheden werken en dat zij voldoende betaald krijgen. De werknemers zijn allen volwassen en hebben het recht zich bij een vakbond aan te sluiten. De labels die zich hebben aangesloten bij Made-By kunnen momenteel nog geen garantie geven dat hun collecties helemaal schoon en sociaal verantwoord geproduceerd zijn, vanwege de vele schakels in het proces van grondstof tot het uiteindelijke product in de winkels. Wel maken ze het totale productieproces transparant, waardoor de klant kan zien waar het product gemaakt is en welke stappen het heeft doorlopen. Meer info: www.made-by.nl

Suite69: mode met een glimlach

Suite69 werd drie jaar geleden opgericht in kamer 69 van een hotel in Miami. Dit kledinglabel produceert niet alleen *fair trade*, maar steunt bovendien goede doelen.

TEKST: VELLAH BOGLE



“Natuurlijk is het ons uitgangspunt om mooie shirts te maken”, vertelt Dennis van der Zande (40), die samen met zijn vrouw Linda (41) het bedrijf Suite69 runt.

“Dat de kleding ecologisch geproduceerd is, heeft voor de meeste klanten slechts een toegevoegde waarde. Zelf vind ik dat het belangrijkste aspect.” Van der Zande kwam

als kind al in ontwikkelingslanden. Die ervaringen hebben ertoe bijgedragen dat hij wilde helpen de welvaart eerlijker te verdelen. “Kijk, kleding is leuk, maar op een schaal van 1 tot 10 een van de minst belangrijke basisbehoeften van de mens. Geld is noodzakelijk, maar ik hecht er weinig waarde aan. Met Suite69 kan ik mooie kleding maken en tegelijkertijd bijdragen aan een betere samenleving en een beter milieu. Dat is prachtig.”

Made-By

Suite69 produceert T-shirts en truien voor mannen, vrouwen en kinderen. De shirts onderscheiden zich door de grafische prints, vaak uitgevoerd in goud en zilver en versierd met Swarovski-kristallen. “We maken gebruik van ecologische katoen die geproduceerd wordt in Turkije”, vertelt Van der Zande. “De samenwerking met Made-By (zie kader) geeft ons een steuntje in de rug: de organisatie controleert streng of arbeiders in goede omstandigheden werken en of de stoffen ecologisch geproduceerd worden. Ik heb vele fabrieken in Turkije bezocht en heb persoonlijk kunnen ervaren dat de arbeidsomstandigheden goed zijn. In feite staat Turkije al met één been in de Europese Unie, dus je zou natuurlijk niet anders mogen verwachten.”

Design

Grafische prints zijn tegenwoordig erg populair. Het is dan ook een uitdaging om je te onderscheiden, zegt Van der Zande. “We werken nauw samen met de ontwerpers, die ons handschrift goed aanvoelen. Je moet ook meegaan met de modetrends: een paar jaar geleden waren grote dikgedrukte designs en vette letters populair. De laatste tijd wordt alles steeds verfijnder. Dat is ook terug te zien in onze dessins.”

Ook over het logo is nagedacht. “Toen ik de ontwerpen van het logo voor me had liggen, lag het blad een beetje schuin waardoor de cijfers gekanteld waren”, herinnert Van der Zande zich. “Opeens zag ik in de 69 een lachend gezichtje. Dat is ‘m, dacht ik. Die positiviteit willen we uitstralen.”

Vernieuwing

Met de expansie van *fair trade*-kleding, wordt het ook steeds belangrijker in deze branche een eigen imago neer te zetten. Suite69 is graag vernieuwend en zoekt dan ook telkens naar nieuwe mogelijkheden. Deze zomer komt het kledinglabel met een lijn T-shirts gemaakt van bamboe. “Bij bamboe heb je snel een associatie van harde stoffen, maar het tegendeel is waar. Het is een zijdezachte stof die koel blijft en transpiratie tegengaat.”

Bovendien brengt Suite69 met de Earth Positive-lijn kleding op de markt die 100% klimaatneutraal is. “De belangrijkste energiebron van deze lijn wordt gevormd door dertig enorme windmolens, die continu energie leveren aan de fabrieken in India.”

Charitees

Van ieder verkocht shirt gaat 69 cent naar een goed doel. Het merk Suite69 verbindt zijn naam graag aan stichtingen die zich inzetten voor een beter milieu of ontwikkelingshulp. “We maken veel *custom made-shirts*”, legt Van der Zande uit. “Zo hebben we shirts ontworpen voor Doe Een Wens Stichting Nederland en zijn we bezig met een project voor Orange Babies. Deze speciale shirts hebben hun eigen benaming gekregen: *charitees*.”

“Natuurlijk zijn we een commercieel bedrijf”, erkent Van der Zande, “maar dan wel één met een ideologie. Ik kan ervan genieten om met gesloten beurs leuke deals te sluiten, waar we zelf wat aan hebben maar die bovendien de samenleving ten goede komen.” Zo heeft het merk meegewerkt aan een modeshow die georganiseerd werd door Amsterdams Studenten Corps. “De hele avond stond in het teken van Pink Ribbon, de organisatie die zich inzet voor de strijd tegen borstkanker. Tijdens de modeshow werden de shirts en truien van Suite69 getoond, die daarna te koop waren. We hebben bijna alles verkocht en de opbrengst gedoneerd aan Pink Ribbon.”

Door de samenwerking met bekende stichtingen heeft het merk veel naamsbekendheid gekregen: bekende Nederlanders dragen de shirts graag. Zo waren de ontwerpen al meermalen in tv-programma's te zien als 'De Lama's' en 'RTL Boulevard'.

Toekomst

Van der Zande heeft volop plannen. “Allereerst gaan we de kinderlijn uitbreiden met rompertjes en bijpassende mutsjes. Voor volwassenen kunnen we misschien wel jasjes en dergelijke gaan maken. We zijn in gesprek met een bedrijf dat accessoires maakt van natuurlijke materialen, zoals armbanden van noten. Maar onze grootste droom is om in de toekomst een eigen stichting te beginnen, waarmee we zelfgekozen projecten kunnen ondersteunen. Dan is de cirkel echt rond.”

De kleding van Suite69 is te koop via de webshop en bij geselecteerde winkels. Zie voor de collectie en verkoopadressen:

www.suite69.eu

MADE-BY suite69

€ 5,- lezerskorting

Ga naar www.suite69.eu en plaats uw bestelling. Als u bij de 'Shopping bag' bent aangekomen, voert u in het 'Kortingscode'-veld de volgende code in: 759978A8. Klik vervolgens op de 'verstuur'-button daaronder. Deze kortingscode mag u tot 1 september 2008 voor meer dan een bestelling gebruiken. De korting is niet geldig in combinatie met andere acties.

Nieuwe subsidie voor duurzame energie

Particulieren en ondernemers kunnen subsidie aanvragen voor het terugleveren van energie die duurzaam is opgewekt via de Regeling Stimulering Duurzame Energieproductie (SDE).

TEKST: LEONIE VINK

Toen de subsidieregeling Milieukwaliteit Elektriciteitsproductie (MEP) in augustus 2006 verviel, was dit een klap voor voorstanders van duurzame energie. In het kader van de nieuwe regeling Stimulering Duurzame Energieproductie (SDE) kunnen particulieren én ondernemers echter sinds 1 april weer subsidie aanvragen voor de teruglevering van energie die is opgewekt met behulp van zonnepanelen, windmolens, biogas en kleinschalige biomassa. Even terug naar af. Waar gaat het over? Duurzame of groene energie is energie die niet wordt opgewekt door aardolie, aardgas of steenkool te verbranden, maar door schone, onuitputtelijke bronnen. Daarom heet duurzame energie ook wel 'hernieuwbare energie'. De bekendste voorbeelden zijn zonne-energie en windenergie. Andere soorten duurzame energiebronnen zijn biomassa, aardwarmte, waterkracht, energieopslag en warmtepompen.

'Schoon en Zuinig'

Het kabinet-Balkenende IV wil van Nederland een van de schoonste en zuinigste energielanden in Europa maken. Om die reden is 'Een duurzame leefomgeving' een van de zes pijlers van het kabinetsbeleid. Deze pijler richt zich op het verantwoord en spaarzaam omgaan met energie en grondstoffen, de vermindering van energieverbruik en het inzetten van energiebronnen die duurzamer zijn. Een belangrijk onderdeel van deze pijler is het project 'Schoon en Zuinig: Nieuwe energie voor het klimaat'. Hierin beschrijft het kabinet de ambities voor onder andere energiebesparing, duurzame energie en opslag van CO₂ in de grond. Minister Jacqueline Cramer van Volkshuisvesting, Ruimtelijke Ordening en Milieubeheer (VROM), coördineert dit project, dat wordt uitgevoerd door zeven ministeries.

Wie bespaart, wordt beloond. Doel van 'Schoon en Zuinig' is om de uitstoot van broeikasgassen, met name CO₂, in 2020 met 30% te verminderen vergeleken met 1990. Ook wil het project het tempo van energiebesparing de komende jaren verdubbelen van 1% nu naar 2% per jaar, en het aandeel duurzame energie in 2020 verhogen van ongeveer 2% nu naar 20% van het totale energiegebruik. Een van de uitgangspunten om dat te realiseren is dat wie vervuult, meer gaat betalen en dat wie bespaart, wordt beloond. De komende jaren gaat de overheid particulieren en ondernemers dan

Nu aanvragen!

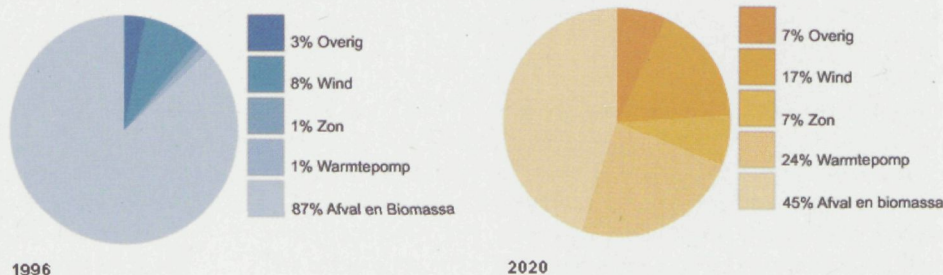
Het advies van De Kleine Aarde: vraag de subsidie nu aan! De subsidieregeling voor zonne-energie in Nederland is volgens deskundigen niet ideaal. Toch is ons advies: profiteer ervan. Mocht de (te) kleine subsidiepot snel opraken, dan verwacht De Kleine Aarde dat er onder druk van de Tweede Kamer een aanvullend budget komt. Juist door nu aanvragen in te dienen wordt de kans dus groter dat er ook meer zonne-energiesystemen in Nederland komen.

ook ondersteunen met de SDE-subsidie voor duurzame energie. De keuze voor de categorieën waarvoor subsidie wordt gegeven – dat wil zeggen: energie die is opgewekt met behulp van zonnepanelen, windmolens, biogas en kleinschalige biomassa – is gemaakt aan de hand van de criteria kosteneffectiviteit, toekomstperspectief en innovativiteit. In de periode 2007-2011 stelt de overheid veel geld beschikbaar voor de SDE. De beschikbare middelen voor duurzame energie binnen de SDE zullen oplopen van 10 miljoen euro in 2008 tot 336 miljoen structureel in 2015. In totaal bedraagt het budget over deze periode bijna 1,4 miljard euro.

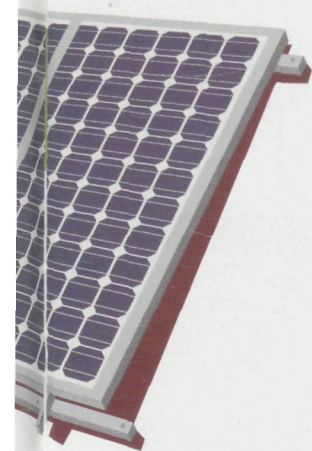
Variabele subsidie

Subsidiëring binnen de SDE vindt plaats per geproduceerde kilowattuur elektriciteit of m³ gas. Iedere productie-installatie krijgt een subsidiebeschikking met daarop een basisbedrag. Dit basisbedrag blijft de gehele periode waarover subsidie wordt verstrekt ongewijzigd en vertegenwoordigt de totale kosten van de installatie per kWh. Een producent, of dat nu een particulier is of een ondernemer, heeft echter jaarlijks inkomsten door de verkoop van elektriciteit of gas. Daarom wordt op dit basisbedrag de gemiddelde elektriciteits- of gasprijs in

Duurzame energie in Nederland



Bron: Actieprogramma Duurzame Energie in Opmars (Ministerie van Economische Zaken, 1997)



enig jaar in mindering gebracht. Daarmee varieert de hoogte van de subsidie jaarlijks met de hoogte van de energieprijs. Stijgt de energieprijs, dan is minder subsidie nodig. Omgekeerd: daalt de energieprijs, dan zal extra subsidie nodig zijn.

Zonnepanelen en particulieren

Als particulier kunt u profiteren van de subsidie voor elektriciteit uit zonne- of photovoltaïsche panelen (pv). Zonnepanelen zetten zonlicht om in elektriciteit. Wie een zonnepaneel op het dak van zijn of haar huis monteert, bespaart op de energiekosten. Het opwekken van zonne-energie betekent ook dat u bijdraagt aan de verdere ontwikkeling van duurzame energie, want bij de productie van zonne-energie komen geen schadelijke stoffen in de atmosfeer. Het is belangrijk te weten dat de nieuwe subsidie een vergoeding is voor teruglevering van elektriciteit en niet voor de investering in de panelen zelf. Bovendien is er in de SDE-regeling geen subsidie beschikbaar voor andere systemen als zonneboilers, warmtepompen, aardwarmtesystemen en isolatie.

Bij de SDE-regeling gaat het om systemen die energie van de zon direct omzetten in elektriciteit (zonnestroom). De regeling

Subsidietarieven

Wind op land: 2,8 eurocent per kilowattuur (kWh)

Kleinschalige zon-pv installaties: 33 eurocent per kWh

Biogasproductie: 7 eurocent per m³

Verbranding van vaste biomassa, vergisting van groente-, fruit- en tuinafval (gft) en mest-covergisting: 5,3 eurocent per kWh

voorziet alleen in de ondersteuning van kleinschalige toepassingen, dat wil zeggen zonnepanelen met een vermogen van 0,6 tot 3,0 kilowattpiek (kWp). Dit komt overeen met 6 tot 30 m² zonnepanelen (600 kWh tot 3.000 kWh). De subsidie die u hiervoor kunt ontvangen bedraagt 33 eurocent per kWh.

10 Megawatt

De overheid stimuleert zon-pv in 2008 voor 10 Megawatt (MW). Ze wil zo het gebruik van zonnepanelen een impuls geven. Het vermogen van 10 MW correspondeert met ongeveer 5.000 tot 10.000 zonne-energiesystemen op woningen per jaar, bestaande uit enkele tientallen zonnepanelen per (woning)dak. Per woning is dit voldoende voor ongeveer de helft van het elektriciteitsverbruik.

Subsidie voor ondernemers

Ook voor investeerders in projecten op het gebied van hernieuwbare elektriciteit, hernieuwbaar gas en warmte/krachtkoppeling (wkk) is de SDE-regeling interessant. De regeling stimuleert namelijk ook de opwekking van duurzame energie via subsidie op de exploitatie. SDE is vooral bedoeld voor ondernemers die energie produceren op een manier die het milieu nauwelijks belast

en die nog net niet uit de kosten komen zonder geld van de overheid. De overheid zet stevig in op de meest kosteneffectieve optie: wind op land. Dit jaar komen er subsidies beschikbaar voor 500 MW aan nieuw windvermogen. Dat zijn al gauw 200 tot 300 nieuwe windturbines.

Later

De subsidie categorie 'wind op zee' is nog niet opengesteld voor 2008. In 2009 zullen er echter nieuwe vergunningen voor wind op zee worden verleend, waardoor het kabinet de doelstelling van 450 MW extra gedurende deze kabinetsperiode toch denkt te halen. Ook de categorie 'grootschalige biomassa' volgt later.

Opvolger

De SDE wordt wel gezien als opvolger van de MEP, maar er zijn een paar belangrijke verschillen. Zo zijn de SDE-subsidiebedragen gebaseerd op een inschatting van de ontwikkeling van de elektriciteits- en/of gasprijs. Dat betekent dat ze aan de hand van de feitelijke ontwikkeling van die elektriciteits- en/of gasprijs kunnen worden bijgesteld. Hiermee speelt de overheid flexibel in op marktontwikkelingen en voorkomt ze oversubsidiëring.

Wie het eerst komt...

Het aanvragen van de SDE-subsidie is eenvoudig. De subsidie wordt verdeeld op volgorde van binnenkomst, dus via het principe 'wie het eerst komt, die het eerst maalt'. Dien uw aanvraag in bij SenterNovem, overheidsagentschap voor duurzaamheid en innovatie, met behulp van de aanvraagformulieren die u van www.senternovem.nl kunt downloaden. U kunt de subsidie ook elektronisch aanvragen via internet.

Daling duurzame elektriciteitsproductie

De productie van duurzame elektriciteit is gedaald van 6,5 procent van het binnenlands elektriciteitsverbruik in 2006 tot 6,0 procent in 2007. De elektriciteitsproductie uit windenergie daarentegen is in 2007 met 25 procent gestegen en is nu de belangrijkste bron van duurzame elektriciteit.

Bron: CBS, februari 2008

Meer weten?

www.vrom.nl > Organisatie > Minister Cramer > Prioriteiten > Schoon en Zuinig

www.senternovem.nl/sde (voor meer informatie over de SDE-regeling en de voorwaarden om in aanmerking te komen)

www.minez.nl/content.jsp?objectId=155139&rid=155137 (ministerie van Economische Zaken)

www.milieucentraal.nl

www.hollandsolar.nl (algemene informatie over zonne-energie)



INVESTEER MEE IN EEN DUURZAME ENERGIEVOORZIENING

Meewind wil actie voor meer windenergie op zee

Wie van het type 'geen woorden maar daden' is en actief iets wil doen tegen klimaatverandering, kan nu investeren in de bouw van een windmolenpark op de Noordzee. Dit park is een onderneming van groene belegger Meewind.

TEKST: LEONIE VINK

Klimaatverandering baart menigeen van ons zorgen. Een transitie naar een duurzame energievoorziening is nodig. Maar hoe doe je dat? Vanuit overheidswege worden ambities geformuleerd, bedrijven lijken masaal spontaan groen te kleuren maar hoe staat het nu concreet met de realisatie van meer duurzame energiewinning? En wat kan je zelf doen om meer duurzame energiewinning te stimuleren?

Financiële actiegroep Meewind biedt nu een platform om met een concreet duurzaam energieproject mee te doen. Meewind wil de ontwikkeling van meer windenergie op zee tot stand brengen door samen met particulieren, gemeenten, en bedrijven zelf actie te ondernemen. Windenergie is een van de belangrijkste bronnen voor duurzame energie in ons winderige kustland. En vanwege de grote bevolkingsdichtheid hebben windparken op zee hier een grote rol te spelen.

Aansporen

Het stimuleren van de bouw van windmolens hoeft niet alleen van de overheid en energiebedrijven af te hangen. Meewind biedt geïnteresseerden de kans om zelf een substantiële bijdrage te leveren. Om samen met anderen aan overheid en energiebedrijven het signaal af te geven: 'dit is wat wij willen'. Door haar initiatief wil Meewind Nederlanders aansporen om mee te doen met grootscheepse investeringen in windenergie op zee. Achterliggende gedachte is dat de minister van Verkeer en Waterstaat door de actie wordt aangespoord meer vergunningen af te geven voor windparken op zee. De actiegroep is van mening dat de Noordzee van iedereen is en een plek bij

uitstek voor het opwekken van duurzame energie. Tienduizenden burgers, gemeenten en bedrijven kunnen samen een financiële actiegroep vormen die de aanleg van windparken op zee in een stroomversnelling brengt.

Rendement

Deelnemers aan Meewind bevorderen samen met anderen duurzame energie. Zij laten zien dat ze de productie van duurzame

*Straks zelf stroom afnemen
naar rato van uw inleg*

energie willen stimuleren en actief meewerken aan de verbetering van ons leefklimaat en dat van toekomstige generaties. Meewind biedt een solide belegging, omdat het rendement oploopt met de energieprijzen. Belangstellenden kunnen voor 1.000 euro per stuk participaties kopen in het beleggingsfonds Meewind. Wie participeert, is mede-eigenaar van het windmolenpark en kan een jaarlijks rendement van 7 tot 10% over een periode van 25 jaar verwachten. Bovendien wil Meewind het op termijn mogelijk maken dat investeerders de opgewekte stroom naar rato van hun inleg zelf kunnen afnemen. Wettelijk bestaat die mogelijkheid al. Op dit moment zoekt Meewind naar manieren om de administratieve hobbels weg te werken, zodat investeerders een-op-een in hun eigen duurzame energievoorziening kunnen investeren.

Alles in de wind...

De circa 50 windmolens die Meewind wil bouwen zijn niet zichtbaar vanaf de kust, maar liggen dichtbij en op eigen grondgebied, ongeveer 25 km van de kust.

Zij voorkomen jaarlijks de uitstoot van meer dan 210.000 ton CO₂ en produceren 160 megawatt. Dit komt overeen met het elektriciteitsgebruik van 170.000 huishoudens; ofwel ruim de helft van Amsterdam. Voor de realisatie van het plan werkt Meewind samen met E-Connexion, een ontwikkelaar van windmolenparken. Deze heeft voor zes locaties op de Noordzee een vergunning aangevraagd. Meewind neemt deel in het park waarvoor het eerst de vergunning vrijkomt en verwacht dat de stroomopwekking van dit park in 2012 begint.

Signaal

Meewind is een groene belegger in duurzame energie, die wordt gesteund door onder andere de provincie Noord-Holland, Greenchoice en de HIER-campagne. Beheerder van de beleggingsinstelling is Seawind Capital Partners BV te Heemstede. Er is een vergunning verkregen van de AFM (Autoriteit Financiële Markten).

Het fonds streeft naar de deelname van 20.000 particulieren en wil een groot aantal gemeenten, bedrijven en non-profit organisaties aan zich binden. Als mensen massaal meedoen aan Meewind wordt een krachtig signaal aan 'Den Haag' gegeven om vaart te maken met een snelle realisatie van duurzame energieprojecten op de Noordzee.

Meer informatie op www.meewind.nl

Met de antwoordkaart in dit nummer kunt u informatie aanvragen.

Meewind Antwoordnummer 971 2000 VB Haarlem

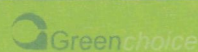


ROEDERS (RECHTS), PARTTIME PROJECTMEDE-
WERKER DE KLEINE AARDE, BEZOCHT IN FEBRUARI
THE SMALL EARTH NEPAL.

Meewind wordt
gesteund door



hier



Meewind heeft een vergunning van de Autoriteit Financiële Markten (AFM)
www.meewind.nl

gesprek met medeoprichter van van der Aarde raakte hij geïnspireerd om eenzelfde initiatief te nemen in zijn land. Maart 2001 was The Small Earth Nepal een feit; de organisatie is gevestigd in de Nepalese hoofdstad Kathmandu.

SEN kampt voor een deel met dezelfde problemen als De Kleine Aarde: het is een non-profit organisatie waardoor het voor een groot deel afhankelijk is van subsidies en donaties. Een verschil tussen De Kleine Aarde en SEN is het vriendschaps-systeem (donateurs); anderzijds heeft SEN een formele link met de universiteit in Kathmandu – dat kent De Kleine Aarde weer niet.

De hoofddoelen van SEN zijn: de promotie van een duurzame levensstijl door educatie en de promotie van activiteiten die onze schadelijke impact op ons leefmilieu reduceren.

aan om de gemeenschap te motiveren op een milieuvriendelijke manier te leven. Zij maken daarvoor ook gebruik van het Mondiale Voetafdrukmodel zoals wij dat kennen.

SEN heeft niet zoals De Kleine Aarde in Nederland een park waar het bezoekers kan ontvangen, maar heeft alleen een kantoor. Door Dhiraj's werk als docent aan de faculteit Meteorologie van de universiteit van Kathmandu heeft SEN een verbinding met de wetenschap. Studenten gaan vrijwillig of in de vorm van een stage binnen de organisatie aan de slag. Ook steunt SEN de studenten bij het ontwikkelen van hun vaardigheden door hen te laten deelnemen in de programmaontwikkeling en implementatie. Verder wordt voor tentoonstellingen en andere activiteiten vaak gebruikgemaakt van de faciliteiten van de universiteitscampus.

De praktijk in Nepal is heel anders dan in Nederland. Nepal is rijk aan natuur en heeft een kleurrijke cultuur. De bewoners zijn ontzettend vriendelijk en gastvrij, maar er heerst ook veel armoede en er is veel zwerfvuil. Nepal ligt aan de voet van de Himalaya. De Nepalezen ervaren de klimaatverandering dan ook aan den lijve door de smeltende gletsjers en de overvloed aan water waar ze in de moesson mee te maken krijgen. Nepal heeft geen natuurlijke energiebronnen, maar wel bijna 's werelds grootste potentie om een centrale voor het opwekken van hydro-elektrische energie te ontwikkelen. En dat terwijl hout de belangrijkste energiebron voor huishoudelijk gebruik is. De Nepalezen kampen met een groot tekort aan elektriciteit, daarom is besloten om de stroom 2 x 4 uur per dag van het net te halen. Dit is een grote beperking voor de ontwikkeling van het land. Het tekort aan elektriciteit wordt voor een groot deel gecompenseerd door aggregaten. Aggregaten draaien op dieselolie, maar door het brandstoftekort zijn de dieselprijzen erg hoog en is het gebruik van aggregaten voor veel mensen onmogelijk. Van het tekort aan brandstof is voor een buitenstaander echter weinig te merken. De wegen zijn bomvol met motoren en auto's.

De problemen die SEN probeert aan te kaarten in Nepal zijn dus anders dan in Nederland. Een spaarlampenproject zal daar weinig effect hebben. Terreinen waarop nog veel eer valt te behalen zijn mobiliteit en het scheiden en verwerken van afval. Op deze terreinen probeert SEN dan ook de burgers bewust te maken van hun bijdrage en projecten op te zetten. Er is nog een lange weg te gaan, maar het duurzame vonkje gloeit ook in Nepal. Meer info: www.smallearth.org.np





INVESTEER MEE IN EEN

Meewind meer win

Ja, ik heb interesse in Meewind!

- ☐ Stuur mij een folder
- ☐ Neem telefonisch contact met mij op
- ☐ Ik wil participaties aanschaffen

Naam _____

Adres _____

Postcode en plaats _____

Telefoon _____

E-Mail _____

Wie van het type 'geen woorden maar daad' is en dus wil doen tegen klimaatverandering, kan nu investeren in de bouw van een windmolenpark op de Noordzee. Dit park is een onderneming van groene belegger Meewind.

TEKST: LEONIE VINK

Klimaatverandering baart menigeen van ons zorgen. Een transitie naar een duurzame energievoorziening is nodig. Maar hoe doe je dat? Vanuit overheidswege worden ambities geformuleerd, bedrijven lijken masaal spontaan groen te kleuren maar hoe staat het nu concreet met de realisatie van meer duurzame energiewinning? En wat kan je zelf doen om meer duurzame energiewinning te stimuleren?

Financiële actiegroep Meewind biedt nu een platform om met een concreet duurzaam energieproject mee te doen. Meewind wil de ontwikkeling van meer windenergie op zee tot stand brengen door samen met particulieren, gemeenten, en bedrijven zelf actie te ondernemen. Windenergie is een van de belangrijkste bronnen voor duurzame energie in ons winderige kustland. En vanwege de grote bevolkingsdichtheid hebben windparken op zee hier een grote rol te spelen.

Aansporen

Het stimuleren van de bouw van windmolens hoeft niet alleen van de overheid en energiebedrijven af te hangen. Meewind biedt geïnteresseerden de kans om zelf een substantiële bijdrage te leveren. Om samen met anderen aan overheid en energiebedrijven het signaal af te geven: 'dit is wat wij willen'. Door haar initiatief wil Meewind Nederlanders aansporen om mee te doen met grootscheepse investeringen in windenergie op zee. Achterliggende gedachte is dat de minister van Verkeer en Waterstaat door de actie wordt aangespoord meer vergunningen af te geven voor windparken op zee. De actiegroep is van mening dat de Noordzee van iedereen is en een plek bij

uitstek voor het opwekken van duurzame energie. Tienduizenden burgers, gemeenten en bedrijven kunnen samen een financiële actiegroep vormen die de aanleg van windparken op zee in een stroomversnelling brengt.

Rendement

Deelnemers aan Meewind bevorderen samen met anderen duurzame energie. Zij laten zien dat ze de productie van duurzame

*Straks zelf stroom afnemen
naar rato van uw inleg*

energie willen stimuleren en actief meewerken aan de verbetering van ons leefklimaat en dat van toekomstige generaties. Meewind biedt een solide belegging, omdat het rendement oploopt met de energieprijzen. Belangstellenden kunnen voor 1.000 euro per stuk participaties kopen in het beleggingsfonds Meewind. Wie participeert, is mede-eigenaar van het windmolenpark en kan een jaarlijks rendement van 7 tot 10% over een periode van 25 jaar verwachten. Bovendien wil Meewind het op termijn mogelijk maken dat investeerders de opgewekte stroom naar rato van hun inleg zelf kunnen afnemen. Wettelijk bestaat die mogelijkheid al. Op dit moment zoekt Meewind naar manieren om de administratieve hobbels weg te werken, zodat investeerders een-op-een in hun eigen duurzame energievoorziening kunnen investeren.

Alles in de wind...

De circa 50 windmolens die Meewind wil bouwen zijn niet zichtbaar vanaf de kust, maar liggen dichtbij en op eigen grondgebied, ongeveer 25 km van de kust.

Zij voorkomen jaarlijks de uitstoot van meer dan 210.000 ton CO₂ en produceren 160 megawatt. Dit komt overeen met het elektriciteitsgebruik van 170.000 huishoudens; ofwel ruim de helft van Amsterdam. Voor de realisatie van het plan werkt Meewind samen met E-Connexion, een ontwikkelaar van windmolenparken. Deze heeft voor zes locaties op de Noordzee een vergunning aangevraagd. Meewind neemt deel in het park waarvoor het eerst de vergunning vrijkomt en verwacht dat de stroomopwekking van dit park in 2012 begint.

Signaal

Meewind is een groene belegger in duurzame energie, die wordt gesteund door onder andere de provincie Noord-Holland, Greenchoice en de HIER-campagne. Beheerder van de beleggingsinstelling is Seawind Capital Partners BV te Heemstede. Er is een vergunning verkregen van de AFM (Autoriteit Financiële Markten). Het fonds streeft naar de deelname van 20.000 particulieren en wil een groot aantal gemeenten, bedrijven en non-profit organisaties aan zich binden. Als mensen massaal meedoen aan Meewind wordt een krachtig signaal aan 'Den Haag' gegeven om vaart te maken met een snelle realisatie van duurzame energieprojecten op de Noordzee. Meer informatie op www.meewind.nl
Met de antwoordkaart in dit nummer kunt u informatie aanvragen.

EEN KIJKJE IN DE KEUKEN BIJ EEN ZUSTERORGANISATIE

The Small Earth Nepal

In Nepal is The Small Earth Nepal (SEN) actief, een zusterorganisatie van De Kleine Aarde in Boxtel. Maar wat kun je nog doen om duurzamer te leven als de Voetafdruk in je land gemiddeld 1 hectare is?

TEKST EN FOTO'S: FEMKE BROEDERS

Dhiraj Pradhananga, de oprichter en directeur van SEN, heeft een periode in Nederland gestudeerd. Na een excursie naar De Kleine Aarde in Boxtel en een gesprek met medewerker Jan Juffermans raakte hij geïnspireerd om eenzelfde initiatief te nemen in zijn land. Maart 2001 was The Small Earth Nepal een feit; de organisatie is gevestigd in de Nepalese hoofdstad Kathmandu.

SEN kampt voor een deel met dezelfde problemen als De Kleine Aarde: het is een non-profit organisatie waardoor het voor een groot deel afhankelijk is van subsidies en donaties. Een verschil tussen De Kleine Aarde en SEN is het vriendschaps-systeem (donateurs); anderzijds heeft SEN een formele link met de universiteit in Kathmandu – dat kent De Kleine Aarde weer niet.

De hoofddoelen van SEN zijn: de promotie van een duurzame levensstijl door educatie en de promotie van activiteiten die onze schadelijke *impact* op ons leefmilieu reduceren.

Studenten lopen stage

SEN wil bewustzijn en draagvlak kweken onder de Nepalese bevolking. Daarvoor organiseren de medewerkers programma's om de gemeenschap te motiveren op een milieuvriendelijke manier te leven. Zij maken daarvoor ook gebruik van het Mondiale Voetafdrukmodel zoals wij dat kennen.

SEN heeft niet zoals De Kleine Aarde in Nederland een park waar het bezoekers kan ontvangen, maar heeft alleen een kantoor. Door Dhiraj's werk als docent aan de faculteit Meteorologie van de universiteit van Kathmandu heeft SEN een verbinding met de wetenschap. Studenten gaan vrijwillig of in de vorm van een stage binnen de organisatie aan de slag. Ook steunt SEN de studenten bij het ontwikkelen van hun vaardigheden door hen te laten deelnemen in de programmaontwikkeling en implementatie. Verder wordt voor tentoonstellingen en andere activiteiten vaak gebruikgemaakt van de faciliteiten van de universiteitscampus.



FEMKE BROEDERS (RECHTS), PARTTIME PROJECTMEDEWERKER VAN DE KLEINE AARDE, BEZOCHT IN FEBRUARI THE SMALL EARTH NEPAL.

De praktijk in Nepal is heel anders dan in Nederland. Nepal is rijk aan natuur en heeft een kleurrijke cultuur. De bewoners zijn ontzettend vriendelijk en gastvrij, maar er heerst ook veel armoede en er is veel zwerfvuil. Nepal ligt aan de voet van de Himalaya. De Nepalezen ervaren de klimaatverandering dan ook aan den lijve door de smeltende gletsjers en de overvloed aan water waar ze in de moesson mee te maken krijgen. Nepal heeft geen natuurlijke energiebronnen, maar wel bijna 's werelds grootste potentie om een centrale voor het opwekken van hydro-elektrische energie te ontwikkelen. En dat terwijl hout de belangrijkste energiebron voor huishoudelijk gebruik is. De Nepalezen kampen met een groot tekort aan elektriciteit, daarom is besloten om de stroom 2 x 4 uur per dag van het net te halen. Dit is een grote beperking voor de ontwikkeling van het land. Het tekort aan elektriciteit wordt voor een groot deel gecompenseerd door aggregaten. Aggregaten draaien op dieselolie, maar door het brandstoftekort zijn de dieselprijzen erg hoog en is het gebruik van aggregaten voor veel mensen onmogelijk. Van het tekort aan brandstof is voor een buitenstaander echter weinig te merken. De wegen zijn bomvol met motoren en auto's.

De problemen die SEN probeert aan te kaarten in Nepal zijn dus anders dan in Nederland. Een spaarlampenproject zal daar weinig effect hebben. Terreinen waarop nog veel eer valt te behalen zijn mobiliteit en het scheiden en verwerken van afval. Op deze terreinen probeert SEN dan ook de burgers bewust te maken van hun bijdrage en projecten op te zetten. Er is nog een lange weg te gaan, maar het duurzame vonkje gloeit ook in Nepal. Meer info: www.smallearth.org.np



Voordeel met de Duurzame (w)aarde kaart van De Kleine Aarde

In juni dit jaar introduceert De Kleine Aarde voor haar Vrienden een voordeelpas waarmee zij korting krijgen op duurzame producten en diensten. Hiermee wil De Kleine Aarde haar Vrienden belonen voor hun lidmaatschap en hen kennis laten maken met nieuwe en bestaande duurzame producten en diensten.

Diverse leveranciers hebben zich bereid verklaard Vrienden van De Kleine Aarde een voordeel te bieden. Dit kan korting zijn bij een restaurant waar u heerlijk vegetarisch en/of biologisch kunt eten, een speciale aanbieding voor een duurzame vakantiereis of korting op duurzame bouwmaterialen, fietsen, woninginrichting of zonnepanelen. Met de Duurzame (w)aarde kaart profiteert u als Vriend van De Kleine Aarde van interessante kortingen bij deelnemende bedrijven.

Gebruiksvriendelijk

De pas is een persoonlijke voordeelpas die u krijgt als u Vriend bent of wordt van De Kleine Aarde. De Duurzame (w)aarde kaart is gebruiksvriendelijk. U laat eenvoudig uw pas zien en geniet direct van een aantrekkelijke korting of een leuk cadeau. Via een speciale pagina op de site van De Kleine Aarde en via een speciale nieuwsbrief blijft u bovendien op de hoogte van actuele aanbiedingen. Het aanbod zal maandelijks variëren.

Wat verandert er voor u als bestaande Vriend?

U hoeft niets te doen. Uw huidige pas is vanaf juni dit jaar ook een Duurzame (w)aarde kaart. Wat er wel verandert om dit allemaal mogelijk te maken is de looptijd van het Vriendenlidmaatschap. Dit lidmaatschap zal voortaan gelijklopen met het kalenderjaar, zodat alle lidmaatschappen lopen van 1 januari tot en met 31 december. U wordt hier nog nader over geïnformeerd. Mocht u uw pas kwijt zijn, dan kunt u een nieuwe pas aanvragen tegen betaling van de administratiekosten à € 4,50. Maak dit bedrag over op giro 52730 ten name van De Kleine Aarde, o.v.v. 'nieuwe pas', uw naam en Vriendennummer en wij sturen u uw nieuwe pas toe.

Nieuwe nieuwsbrief, ook voor niet-Vrienden. Meld u aan!

Wilt u op de hoogte blijven van nieuws en ontwikkelingen op het gebied van duurzaamheid, projecten van De Kleine Aarde en van de actuele Duurzame (w)aarde kaart aanbiedingen, meldt u zich dan nu aan voor de nieuwsbrief van De Kleine Aarde: stuur een e-mail met uw naam en adres naar nieuwsbrief@dekleineaarde.nl.

Cursus composteren

Lokale Agenda 21 (zie voor meer informatie: www.la21.nl), de gemeente Boxtel en De Kleine Aarde zijn half mei een proefproject gestart voor een cursus thuiscomposteren. Doel is het stimuleren van thuiscomposteren in de gemeente Boxtel, wat kan leiden tot een grote afname van gft-afval en verwerkingskosten. De Kleine Aarde richt een demonstratieplaats voor thuiscomposteren in; een zogeheten compoststraat, waarin diverse methoden van composteren worden uiteengezet. Bovendien gaat er een opleidingstraject van start voor compostmeesters, die op hun beurt de kunst van het composteren weer doorgeven aan anderen. Vanaf 2009 zal De Kleine Aarde de cursus thuiscomposteren aanbieden aan haar publiek.



Speelnatuur: natuurlijk spelen

Op 24 juni houdt De Kleine Aarde binnen haar project Speelnatuur in samenwerking met Stichting Oase een inspirerende en informatieve dag die in het teken staat van natuurlijk spelen.

Zowel de theorie als de praktijk (van ontwerp naar uitvoering) zal aan bod komen. Diverse experts en ervaringsdeskundigen zijn uitgenodigd om het natuurlijke spelen en de natuurlijke speelplaats van verschillende kanten belichten. Ook zal de natuurlijke speelplek die tijdens de workshop van april in het Eco-park is aangelegd, officieel worden geopend. Zowel beleidsmakers, ontwerpers, aannemer, natuurbeheerders en

particulieren die interesse hebben in speelnatuur of er nader kennis mee willen maken zijn van harte uitgenodigd. Het programma is te vinden op www.dekleineaarde.nl. Kosten € 50,- p.p. (Inclusief biologische lunch). Voor meer informatie en aanmelding stuur een email naar m.warnaar@dekleineaarde.nl of neem contact op met Marleen Warnaar via (0411) 66 10 98.

IN MEMORIAM
Eckart Wintzen

Hij overleed totaal onverwacht: Eckart Wintzen, die in 1939 werd geboren. Het was de man die als gist in het bedrijfsleven overal de noodzaak van een duurzaam beleid verkondigde en het ook voordeed. Hij werd in 1991 bekend om het eerste 'milieujaarverslag' van zijn bedrijf BSO Origin. Hij werd een uitgesproken voorstander van betaling voor 'onttrokken waarden' door bedrijven, ofwel het principe 'de vervuiler/gebruiker betaalt'. Iets dat nu pas een beetje begint door te dringen in de politiek en het beleid. De theorie was er al lang.

Het is alweer lang geleden dat ik een presentatie van Wintzen meemaakte, in De Baak in Noordwijk, waar doorgaans veel mensen uit het bedrijfsleven komen bijtanken. Ik herinner me een stevig verhaal, waarin klimaatverandering al een belangrijk onderwerp was. Met imposante beelden, zo ongeveer zoals Al Gore het doet in de film 'An inconvenient truth'. Even indrukwekkend. Daarna dook hij overal op waar niet alleen gepraat werd over duurzaamheid, maar ook gewerkt. Zo gaf hij zijn volle steun aan het project 'Greenwheels', de vorm van gezamenlijk autobezit, zonder alle zorgen.

Wintzen zat de laatste paar jaar in de adviesraad van De Kleine Aarde. Ook daar schetste hij met verve nieuwe perspectieven en was hij enthousiast over het concept 'Marktplaats voor duurzaam leven', dat in 2007 in Bostel werd gelanceerd.

We zullen hem missen. Er ligt immers nog wel wat werk. Vooral om managers en anderen in het bedrijfsleven wakker te schudden en te houden zodat zij, ook uit eigen belang, hard aan duurzaamheid (blijven) werken. Hopelijk zijn er intussen vele 'Eckarts' in het bedrijfsleven die zijn missie voortzetten.

Jan Juffermans,
medewerker De Kleine Aarde



KOKEN MET CHRISTINE

Zomersalade

TEKST: KLEINE AARDE-KOK CHRISTINE LUITEN

Voor vier personen

Met de warme maanden voor de boeg heb ik voor u een recept voor een zomerse maaltijdsalade.

Nodig ;

- 1 krop ijsbergsla, fijngesneden
- 2 tomaten, in stukjes gesneden
- 1 komkommer, in plakjes gesneden
- 2 appels, in dunne reepjes (mag met schil)
- 50 gram pijnboompitjes
- 20 groene olijven
- 1 rode ui, fijngesneden
- 200 gram jong belegen kaas, in kleine blokjes gesneden

Neem een diep bord en doe bovenstaande ingrediënten bij elkaar. De jong belegen kaas is ook te vervangen door gerookte kip of geitenkaas.

Nodig voor de dressing:

- 3 theelepels fijne mosterd
- 1½ eetlepel suiker of honing
- 1 sjalotje, fijngesneden
- ½ dl witte-wijnazijn
- 1½ dl zonnebloemolie

Meng alle ingrediënten behalve de olie. Meng alles met een staafmixer goed door elkaar en voeg druppelsgewijs de olie toe.

Als variatie op deze zomer salade kunt u nog extra verse kruiden toevoegen zoals bieslook, peterselie en dille.



De Kleine Aarde en de Postcode Loterij.



lekker Micro-WKK-en in de huiskamer.

'Sommigen kennen ons nog van de bakermat van de eco-architectuur: de Bolwoning. Een voorbeeldproject uit 1974. Wij blijven duurzaamheid propageren. Gaan met de ontwikkelingen mee en willen u ook vandaag met praktische voorbeelden laten zien dat duurzamer leven zo gek nog niet is.' Huibert Boer van De Kleine Aarde.

Warmte en kracht

De Kleine Aarde heeft een 'Marktplaats voor duurzaam leven' opgezet. U kunt daar de nieuwste ontwikkelingen zien op dit gebied. Ook kunt u ervaren dat duurzaamheid echt geen verlies van comfort hoeft te betekenen. Integendeel. Neem nou de CV-ketel van de toekomst die momenteel behoorlijk in de belangstelling staat: de micro warmtekrachtkoppelaar

(micro-WKK). De Kleine Aarde heeft er een als voorbeeld staan van The Magic Boiler Company. De micro-WKK is een verwarmingsketel die niet alleen je huis verwarmt, maar tegelijk stroom opwekt.

Duurzame aanpassing

Zo'n verwarmingsketel kan vooral een stap naar duurzaamheid zijn bij vervanging van bestaande cv-ketels. Want hier kan met minimale aanpassing zo'n systeem geplaatst worden. Volgens cijfers van SenterNovem worden er elk jaar zo'n 400.000 CV-ketels vervangen in Nederland. De Kleine Aarde hoopt dat zoveel mogelijk bezoekers van hun Marktplaats gaan kiezen voor een micro-WKK. Want dat scheelt echt.

Het verschil

Stel dat de helft van alle woningen in ons land voorzien zou zijn van een micro-WKK. Dan besparen we miljarden m³ aardgas, stoten we honderden miljoenen kilo's minder CO₂ uit en bespaart elk gezin ook nog eens fors op de energiekosten. Een utopie? Ga maar eens kijken bij De Kleine Aarde. Daar kunt u zien en uitgelegd krijgen welke voordelen deze duurzamere huisverwarming oplevert. Andere voorbeelden die De Kleine Aarde in de afgelopen jaren onder de aandacht van haar bezoekers bracht: 'gas-onder-glas-fornuizen', warmtepompen, speciale fietsmodellen, de Toyota Prius, gevel-geïntegreerde zonnecellen... bezoekers van De Kleine Aarde worden geïnformeerd én geïnspireerd.

De Kleine Aarde ontving dit jaar 0,5 miljoen euro van de Postcode Loterij. Sinds 2000 ontving De Kleine Aarde in totaal 3,5 miljoen euro van de Postcode Loterij. Door mee te doen met de Postcode Loterij steunt u met 50% van uw inleg De Kleine Aarde en nog 52 andere goede doelen. Kijk op www.postcodeloterij.nl hoe wij samen het verschil maken

Met z'n allen werken we aan een betere wereld.



Samen maken we het verschil.

De Postcode Loterij steunt 53 goede doelen. Elke week laten wij hier een voorbeeld van één van hun projecten zien. Dit is nummer 9. Ga naar www.postcodeloterij.nl

De Kleine aarde

Activiteiten
Zomer 2008

AGENDA

Workshops,
cursussen
& meer

Evenementen

24 juni:

opening
speelnatuur

22 juni (Vaderdag):
Kookworkshop à la
Herman den Blijker

Elke zondag
in juli en augustus:
Zomerrondleidingen

Kom dineren:
de hele zomer is het restaurant op ma. en di. overdag en van
wo. t/m zo. ook 's avonds geopend! (keuken sluit om 19.30 uur)





Dagje Eco-park

Met vernieuwde en verrassende activiteiten biedt De Kleine Aarde in Boxtel volop informatie en inspiratie aan iedereen die op zoek is naar duurzame en praktische oplossingen op het gebied van tuinieren, wonen, voeding, persoonlijke verzorging, mobiliteit en recreatie.

ACTIVITEITEN IN HET ECO-PARK

Zie ook www.dekleineaarde.nl

Elke zondag in juli en augustus Zomerrondleidingen

In juli en augustus zijn er elke zondag van 14.00 - 15.30 uur Zomerrondleidingen over het Eco-park uur met een ervaren gids. Prijs € 8,50 p.p., inclusief consumptie.

Kinderspeurtochten

Wo. t/m zo. tussen 10.00 - 17.00 uur (juli en augustus ook op ma.). Aardmanntjespad (voor kleuters) € 1,50 p.p., Speurneuzen (7 à 8 jaar) € 2,50 p.p., Codekraker (9 tot 12 jaar) € 2,50 p.p.

24 Juni Speelnatuur

24 juni wordt de natuurlijke speelplaats 'Speelnatuur' officieel geopend. Ook vindt er op deze dag een studiedag plaats over het thema 'speelnatuur'. Kosten € 50,- p.p. (inclusief biologische lunch). Inschrijven via m.warnaar@dekleineaarde.nl of tel. (0411) 66 10 98.

28 september Culinaarde

Op zondag 28 september pakt Culinaarde groots uit als afsluiting van de Week van de Smaak (van 22 tot en met 28 september 2008).

Eco-park & tuinen Het Eco-park en de tuinen van De Kleine Aarde zijn een bezoek meer dan waard. Ook voor kinderen valt er veel te beleven.

Bike-Experience Testplaats voor bijzondere fietsen. Geopend t/m oktober, dinsdag t/m zondag van 12.00-16.00 uur.

Werelds Wonen Inspiratie en informatie over eigentijdse en duurzame woninginrichting.

Arrangementen Voor individuele bezoekers en groepen zijn er verrassende arrangementen mogelijk.

Vergaderen & overnachten Behalve over vergaderaccommodatie beschikt De Kleine Aarde ook over sfeervolle slaapkamers. Een bijzondere locatie voor uw vergadering, bezinningsweekend of familiebijeenkomst in de natuurrijke omgeving van Boxtel. Inclusief biologische catering. Vraag de folder over vergaderen en overnachten aan of kijk op www.dekleineaarde.nl

Rondleidingen & excursies Wandel met een gids door het Eco-park en het bezoekerscentrum.

Koken voor groepen Kook uw eigen maaltijd en kom meer te weten over gezonde voeding. Inclusief gezamenlijke maaltijd.

Kids in de kidsjen: Kookavontuur in de keuken, voor kinderen van 8-12 jaar. Leuk en lekker voor kinderfeestjes! (Minimaal 6 kinderen, maximaal 12.)

Catering Het Eco-café biedt volop (h)eerlijke mogelijkheden, vanaf een eenvoudige consumptie tot een complete maaltijd.

Kinderen & scholen Speurtochten voor alle leeftijdsgroepen. Zeer geschikt voor zowel groepen als individuele bezoekers. Speciaal kinderfeestjesarrangement voor kinderen van 8-10 jaar.

Energietuin-excursies Informeer naar de mogelijkheden voor excursies voor speciale groepen in De Energietuin, gericht op toepassing van duurzame energie in de woon- of werkomgeving.



Vernieuwd bij De Kleine Aarde:

Het Eco-café van De Kleine Aarde heeft een ingrijpende verbouwing ondergaan. Met de fantastische hulp van het tv-programma 'Herrie In Het Hotel' van RTL4 is het Eco-café omgetoverd in een sfeervolle ambiance! Topkok Herman den Blijker en hotelier Reimers hebben het horeconcept van De Kleine Aarde eens goed onder de loep genomen. Ook de slaapaccommodatie is ingrijpend vernieuwd. Redenen genoeg voor een bezoek aan De Kleine Aarde: kom kijken, proeven en genieten!

VOOR DE FOLDER OVER VERGADEREN EN OVERNACHTEN: TEL. (0411) 68 49 21

Dineren bij De Kleine Aarde

Het restaurant van het Eco-café is de hele zomer van woensdag t/m zondag ook 's avonds geopend tot 19.30 uur! U kunt genieten van een heerlijk diner, gemaakt met seizoensgroenten en streekproducten. Bel voor reserveringen naar (0411) 68 49 21. Eten in ons restaurant = gratis entree voor het Eco-park.



Zomerliefde

Kleurrijk, warm, zonnig, bruisend, heerlijk... De Kleine Aarde is om verliefd op te worden deze zomer. Geniet van onze tuinen terwijl de kinderen spelen in onze natuurlijke speeltuin, dartelen in het doolhof of een spannende speurtocht doen op zoek naar de schatkaart. Onder het motto 'Herrie op De Kleine Aarde' houdt De Kleine Aarde op zondag 22 juni (vaderdagtip!) een speciale dag voor u, waarop u kunt kennismaken met ons vernieuwde restaurant en de uitgebreide menukaart. U kunt op deze dag zelf de handen uit de mouwen steken tijdens verschillende workshops. Wilt u meer van de mooie omgeving zien? Neem deel aan een fietsarrangement door Het Groene Woud. Uiteraard staan iedere zondagmiddag in juli en augustus onze traditionele zomerrondleidingen op het programma. Nagenieten van het zonnetje op ons terras met een drankje is de perfecte afsluiting van een zomerdag op De Kleine Aarde. Kunt u niet komen op 22 juni? Daarom niet getreurd, want u bent altijd welkom bij De Kleine Aarde.



INHOUD

Activiteiten in Eco-park De Kleine Aarde	2
Workshops en cursussen	4
Cursusagenda	5
Servicepagina	7

24 juni: Studiedag Speelnatuur

Op 24 juni nodigt De kleine Aarde alle beleidsmakers, ontwerpers, aannemers, natuurbeheerders en particulieren die interesse hebben in Speelnatuur of er kennis mee willen maken, uit voor een inspirerende en informatieve dag. De studiedag staat in het teken van het natuurlijk spelen en de natuurlijke speelplaats. Ook wordt de natuurlijke speelplek die tijdens de workshop van april in het Eco-park is aangelegd officieel geopend. Kosten € 50,- p.p. (inclusief biologische lunch). Stuur voor meer informatie en aanmelding een e-mail naar m.warnaar@dekleineaarde.nl of neem contact op met Marleen Warnaar via (0411) 66 10 98.



MEER WETEN? BEL DE KLEINE AARDE, TEL. (0411) 68 49 21, WWW.DEKLEINEAARDE.NL

10% korting voor
'Vrienden van De Kleine Aarde'
Vrienden van De Kleine Aarde krijgen
10% korting op de cursussen en workshops
die in dit Activiteitenmagazine en op de
website vermeld staan.
Vriend worden?
Bel (0411) 68 49 21



Workshops & cursussen

Vlechten met wilgen-tenen (tuinlantaarn)

Wilgentenen vlechten is een heel oude techniek om van soepele takken mooie (gebruiks-)voorwerpen te maken. Tijdens deze laatste workshop van dit seizoen zal er een tuinlantaarn worden gemaakt.

Docent: Mieke Langenhuizen.
Zaterdag 14 juni (13.00–16.30 uur), € 43,- p.p., inclusief koffie, thee en materialen).

Vegetarisch koken voor lekkerbekken!

In deze praktische en informatieve cursus richt diëtiste en kookliefhebber Marion Pluimes zich op het nóg smakelijker bereiden van vegetarische gerechten. U werkt met biologische producten van het seizoen.

Docent: Marion Pluimes.
Zaterdag 7 juni, 6 september, 4 oktober, 1 november en 29 november, (10.00–14.00 uur), € 45,- p.p.



Viltworkshop

Viltten is een oeroude techniek waarbij je met plukken wol, water en zeep een lap stof maakt. Het is heerlijk om met kleuren te spelen, met je handen te creëren en schepend bezig te zijn. Tijdens deze workshop maakt u een mooie sjaal, hoed of tas die een eenvoudig kledingstuk heel feestelijk maakt.

Docent: Charlotte Tielemans.
Zaterdag 20 september, 11 oktober, 15 november en 13 december, (13.00–17.00 uur), € 70,- p.p., inclusief koffie en thee, materialen.

Oogstmodule Geneeskruiden telen

Oud-deelnemers van de cursusmodulen 'Professioneel geneeskruiden telen' kunnen zaterdag 13 september (10.00–16.30 uur) de oogstmodule volgen, € 75,- p.p., inclusief lunch en teelt-handleiding.

Docent: Randy Schmidt.

Op aanvraag kunnen ook groepen de workshop volgen. Datum in overleg. Groepskorting is mogelijk.

Douchegel, lippenbalsem en shampoo

Met natuurlijke ingrediënten leert u heel eenvoudig douchegel, lippenbalsem en shampoo maken.

Docent: Agnes ten Haken.
Zaterdag 1 november (14.00–16.00 uur), € 30,50 p.p.

AANMELDEN VOOR EEN WORKSHOP OF CURSUS

Dit kan tot drie weken voor aanvang*.

Wilt u zich opgeven of meer informatie ontvangen dan kunt u bellen naar (0411) 68 49 21 of een e-mail sturen naar: cursus@dekleineaarde.nl. Vermeld daarbij alstublieft de naam en datum van de cursus en uw naam, adres en telefoonnummer.

*Wilt u zich nog opgeven binnen drie weken voor een cursus, neem dan contact op om te vragen of er nog plaats is.

Kijk voor uitgebreide cursusinformatie op w



... bij De Kleine Aarde

Ecologische siertuin

Praktische cursus over het zelf creëren van een natuurrijke tuin, met aandacht voor de planten, vogels, insecten, vlinders en water in de tuin. Docent: Marie-José Meertens. Zaterdag 8 november (10.00–16.30 uur), € 55,- p.p. inclusief koffie/thee, lunch en handout.

Natuurlijke crèmes en zalven maken

Leer in deze boeiende workshop hoe u zelf planten-extracten in natuurlijke crèmes en zalven kunt verwerken.

Deelnemers mogen de crèmes mee naar huis nemen. Docent: Agnes ten Haken. Zaterdag 11 oktober (13.30–16.00 uur), € 32,50 p.p., inclusief koffie, thee, materiaal.



Fruitbomen snoeien

Op deze studie/praktijk-dag leert u kijken naar vorm en ontwikkelingen in de groei van fruitbomen.

U leert alles over onderhoud bij hoogstamfruitbomen, de snoeiwijze voor optimale productie en vormsnoei bij jonge bomen. U past de opgedane kennis meteen zelf toe in de praktijk.

Docent: Cees Sleutjes. Zaterdag 29 november (09.15–16.30 uur), € 65,- p.p., inclusief lunch, koffie, thee en literatuur.

Geneeskruiden telen

De workshop Geneeskruiden telen zal de voornaamste principes van het telen tot en met de oogst van geneeskruiden behandelen. Deelnemers krijgen handouts en 1 of 2 zelfgemaakte tincturen mee naar huis. Op de verschillende dagen zullen naast dezelfde basisstof steeds andere kruiden, behandeld worden.

Docent: Randy Schmidt. Zaterdag 28 juni (10.00–16.30 uur), € 60,- p.p., inclusief koffie, thee, handouts.

Ecologische moestuin

Een cursus voor gevorderden over de opzet van een moestuin, bodem, compost en teeltplan.

Docent: Marie-José Meertens. Zaterdag 25 oktober (10.00–16.30 uur), € 55,- p.p. inclusief koffie/thee, lunch en handout.



CURSUSAGENDA 2008

juni

- 7 Vegetarisch koken
- 14 Wilgentenen vlechten (tuinlantaarn)
- 28 Geneeskruiden telen

september

- 6 Vegetarisch koken
- 13 Geneeskruiden telen, oogstmodule (voor cursisten van cursusjaar 2007)
- 20 Wolvilten (tas zonder naad)

oktober

- 4 Vegetarisch koken
- 11 Wolvilten (sjaal)
- 11 Crèmes en zalven maken
- 25 Ecologische moestuin

november

- 1 Douchegel, lippenbalsem, en shampoo
- 1 Vegetarisch koken
- 8 Ecologische siertuin
- 15 Wolvilten (hoed)
- 29 Vegetarisch koken (Sint/Kerst koken)
- 29 Fruitbomen snoeien

december

- 13 Wolvilten (feestelijke sjaal)

... www.dekleineaarde.nl of bel (0411) 68 49 21



Bram (6 jaar):

ik ben een Kleine aarde maatje

Wilt u uw (klein)kind verwennen met een een geweldig geschenk en tevens De (Kleine) Aarde een steuntje in de rug geven? Geef hem of haar dan nu op als 'Maatje' van De Kleine Aarde. Al vanaf € 1,- per maand geniet uw (klein)kind allerlei leuke voordelen.

Bovendien ontvangt uw (klein)kind nu als welkomstgeschenk een grappig kindertuinsetje van De Wiltfang.



De Wiltfang



Gratis kindertuinsetje voor nieuwe Maatjes.

Een vrolijk schortje voor vrolijke kinderen. De grote appel op de voorkant van het tuinkliederschort is een vakje voor spulletjes. Daar kan van alles in. De handschoenen die je erbij krijgt kun je daar ook in stoppen. Zowel schort als handschoenen zijn van katoen. Winkelwaarde € 15,40. Meer info op www.dewiltfang.nl

Geef De (Kleine) Aarde een maatje

De Kleine Aarde wil vooral ook kinderen op een speelse, eigentijdse manier laten kennis maken met het goede leven voor mens, dier en milieu.

Op het Eco-park in Boxtel kunnen de kinderen zich uitleven met allerlei speurtochten, kinderactiviteiten en kinderworkshops. Er is een groen doolhof en ze kunnen er heerlijk spelen met water en zonne-energie.

De Kleine Aarde Maatjes-pagina's op www.dekleineaarde.nl zijn speciaal voor hen gemaakt en bieden leuke spelletjes en natuur-doe-dingen.

Mede dankzij uw steun realiseert De Kleine Aarde het natuurbelevingsproject 'Het Bewaarde Land' met als doel kinderen intensief kennis te laten maken met de natuur. Meer informatie vindt u op www.dekleineaarde.nl

'We hebben de aarde niet gekregen van onze ouders, maar te leen van onze kinderen'

INDIAANS GEZEGDE



Als maatje van De Kleine Aarde ontvang je:

- * GRATIS **kindertuinsetje** van De Wiltfang, bestaande uit een kinderschort en een paar kindertuinhandschoenen
- * Exclusieve toegang op de De Kleine Aarde **Maatjes-website**
- * Je eigen **Maatjes-pas**
- * Gratis toegang tot het **Eco-park** (inclusief evenementen)
- * Gratis deelname aan alle **kinderspeurtochten**
- * Korting op **kinderactiviteiten, kindermenu's, kinderworkshops** en **verjaardagsfeestjes**

Een **maatje** aanmelden is kinderspel:
via www.dekleineaarde.nl of (0411) 68 49 21



Adresgegevens

De Kleine Aarde
bezoekadres: Het Klaverblad 1
5283 TV Boxtel
Postbus 151, 5280 AD Boxtel
Tel. (0411) 68 49 21
Fax (0411) 68 34 07
E-mail: info@dekleineaarde.nl
Website: www.dekleineaarde.nl

Openingstijden t/m oktober 2008

Elke dag van 10.00-17.00 uur
Het Eco-café is van woensdag tot zondag
tot 19.30 uur geopend voor diner.

Toegangsprijzen

Volwassenen: € 5,-
Kinderen 4 -12 jaar: € 2,50
Kinderen tot 4 jaar: Gratis
Vrienden van De Kleine Aarde: Gratis

Wegwijzer naar het Eco-park

Vanaf NS-station Boxtel
met de treintaxi tel. (0411) 68 33 84.
Huurfiets: op werkdagen
tel. (0411) 68 59 99.
OV-fiets: op werkdagen.
Aanmelden bij OV-fiets: www.ovfiets.nl
Te voet (een half uur lopen):
volg de bordjes in het centrum.
Per auto:
vanaf de A2 uit de richting Den Bosch:
afslag Boxtel-Noord,
uit de richting Eindhoven: afslag Boxtel.
Daarna de bordjes volgen.
Kijk op www.dekleineaarde.nl voor
een routekaartje of kijk op
www.routenet.nl

Colofon

Uitgave: Stichting De Kleine Aarde

De Kleine Aarde wil zoveel mogelijk
mensen inspireren tot een duurzame
leefstijl.

Redactie:

Marian Langens en Heleen van der Sanden

Fotografie:

Gürtan Ercan, Stefan Prinssen,
Heleen en Roos van der Sanden, Eline Spek.

Advertenties:

Heleen Petter, tel. (0411) 68 49 21

Vormgeving:

Quadro Vormgevers, Oss

Druk: Incido, Uden



De Kleine Aarde is een van de goede
doelen van de Nationale Postcode Loterij.

Tweede Vitatas gratis plus Duurzame (w)aarde kaart voor nieuwe Vrienden van De Kleine Aarde!

Vriend worden van De Kleine Aarde is nu wel heel aantrekkelijk:

met een bijdrage van € 30,- per jaar steunt u de doelstelling van De Kleine Aarde.

U ontvangt 4 maal per jaar magazine De Kleine Aarde en de Duurzame (w)aarde kaart waarmee u korting krijgt op duurzame producten en diensten.

Gratis Vitatas:

twee halen, één betalen!

U krijgt tijdelijk* een tegoedbon cadeau bij uw welkomstpakket waarmee u recht heeft op twee maal een Vitatas vol heerlijke biologische groenten en/of fruit voor de prijs van één.

Verrassing en variatie

Een abonnement op Vitatas betekent wekelijks variatie én verrassing op uw bord. In de tas vindt u dagverse biologische groenten en fruit, zoveel mogelijk van het seizoen en uiteraard van gegarandeerd biologische teelt. Biologische groenten en fruit zijn niet alleen gezond, ze zijn ook vol van smaak! De Vitatas zit dus boordevol vitaminen, verrassing en gemak. Kijk voor meer info over de Vitatas en de keuzemogelijkheden op www.vitatas.nl

U draagt uw steentje bij!

Met een abonnement op Vitatas draagt u uw steentje bij aan een beter milieu. Want hoe meer Vitatas-abonnees er zijn, des te meer land- en tuinbouwbedrijven kunnen overschakelen op de biologische teeltmethoden. Dan zetten we samen stappen in de goede richting.

**Deze aanbieding is geldig van 1 juni tot 1 september 2008.*



2 voor de prijs van 1!

Meld u aan voor de Nieuwsbrief van De Kleine Aarde

Wilt u op de hoogte blijven van nieuws en ontwikkelingen op het gebied van duurzaamheid, projecten van De Kleine Aarde en van de actuele Duurzame (w)aarde kaart-aanbiedingen, meldt u dan nu aan voor de nieuwsbrief van De Kleine Aarde door een e-mail te sturen met u naam en adres naar nieuwsbrief@dekleineaarde.nl

Aanmelden: via www.dekleineaarde.nl of bel (0411) 68 49 21

Maximaal 50 woorden. Tarief: t/m 20 woorden € 30,-. Daarboven € 1,50 per woord. Voor brieven onder nummer € 3,75 extra. Bewijsnummer € 5,- extra inclusief BTW. Stuur uw tekst op papier, per fax (lieft getypt) of e-mail naar Regel-advertenties, De Kleine Aarde, Postbus 151, 5280 AD Boxtel, fax (0411) 68 34 07, h.petter@dekleinearde.nl Vermeld uw adres; u krijgt een acceptgiro toegestuurd. De redactie behoudt zich het recht voor advertenties niet te plaatsen. Zend uw regeladvertentie voor het herfstnummer vóór 15 juli 2008 in.

TE KOOP

EERLIJKER dan FSC. De enige eerlijke plankenvloer is een iepenvloer van een iepenboom die de iepziekte heeft. Te koop vanaf € 35,- p/m². Grenen € 13,- p/m², kastanje € 22,- p/m², www.baxhoutenvloeren.nl Terheijden, tel. (076) 593 21 88.

Wij leveren onder garantie nieuwe, opnieuw geëmailleerde en gebruikte AGA's. Ook voor verhuizing, onderhoud, reparatie en ombouw naar gas kunt u bij ons terecht. De showroom is uitsluitend geopend op afspraak. Voor meer informatie zie onze website www.classiccookers.nl

In Voorst (Gelderland), nabij Zutphen: uniek gelegen, prachtige verbouwde WOONBOERDERIJ, houtgestookt met tegelkachels. 1½ ha biologische grond met hoogstamboomgaard, houtwallen en kikkerpoel. Verschillende bijgebouwen (extra bewoning, praktijk, minicamping of workshopmogelijkheden). Blijvend schitterend uitzicht door natuurgebied! Tel. (0575) 50 14 17, ruurdineke13@hetnet.nl

TE HUUR/VAKANTIE

NEDERLAND
ACHTERHOEK. Vakantiewoning. Een plek van rust & eenvoud, waar u mag meegenieten van onze bloemenweelde. Varsseveld, tel. (0315) 29 82 37 na 18.00 uur.

GELDERSE ACHTERHOEK. Vier stenen vakantiewoningen en minicamping bij woonboerderij. Fijne fietsomgeving. Als u van rust en ruimte houdt. Silvolde, tel. (0315) 32 97 28. www.meyboske.nl

Drenthe, EEXT, 2-4-persoons comfortabel appartement in woonboerderij, rustig gelegen, veel privacy. 3 hunebedden op wandelafstand, ideaal gelegen t.o.v. Emmen en Groningen. Tel. (0592) 26 10 16, www.mooieext.nl
Noord-Drenthe, buurtschap AMERIKA (Norg/Roden). Voor natuur-liefhebbers! Lief, eenvoudig, keurig schoon 2-pers. zomerhuisje, verscholen in ruige natuur, aan vennetje. www.eenerveld.nl

LUXEMBURG
150 km onder Maastricht bezit ik een oude boomgaard met houten chalet. Het terrein van 100 x 50 m beukenhaag en gevarieerde jonge bomen, nabij plaatselijk station Florenville-Luxemburg. Aan de weg gelegen omvat het meerdere bouwkvelds. FLORENVILLE is een provincieplaats in ontwikkeling in Parc Paysage. Voor vakantie of permanent, graag schrijven naar: Gijs Oomen, 81 B Rue de la Station, B 6820 Florenville, Luxemburg.

DUITSLAND
WESERBERGLAND 33034 Brakel-Gehrden 4-(6)-persoons vrijstaande bungalow. Panorama-uitzicht, groot terras, uitstekende mogelijkheden; wandelen, vogels-wild spotten. Cultuur, thermen en kurparken v.a. € 325,- per week excl. kosten. Tel. (06) 53 16 28 56. hansemmy@hotmail.com

FRANKRIJK
Ontdek het vulkaangebergte van de Cantal-Auvergne 'LE CLOU' heeft gastenkamers, kampeerterreintje en drie vakantiehuizen. Tel. (00) (33) 471 470 145, www.leclou-france.com

Anders en kleinschalig op vakantie in FRANKRIJK bij Nederlandstalige eigenaren. Mens- en natuurbewust, milieuvriendelijk. www.petite-france.com

PORTUGAL
CASA DONA MARIA Midden-Portugal: 2 appartementen te huur in Portugese vivenda, gelegen in pittoresk dorpje aan de rivier de Alva; ideaal voor wandelvakanties. Tel. (013) 580 06 26, www.casadonamaria.nl

Inspirerende wandelretrates en bezinningsweken op prachtige locaties in Zuid-PORTUGAL. Ook trainingsweek natuurcoaching. Meditatieve stiltewandelingen en wandelcoaching in Nederland. www.innersteps.com

TURKIJE
Fotograferen en wandelen in het betoverende landschap van CAPPADOCIË: workshops en wandeltochten met of zonder ezel door prachtige natuur: www.turkijennatuurlijk.nl en www.manzara.org

EGYPT
Trektochten met bedoeïenen en kamelen door indrukwekkende woestijn- en berglandschappen van de SINAI. Tevens yogaworkshops met verblijf aan zee en in de woestijn: www.deserttracks.nl

DIVERSEN

GRATIS hulp voor: langer zelfstandig wonen, kinderopvang. In ruil voor een leegstaand bewoonbaar pand. Details in overleg, een pleegmoeder. Brief onder nummer RA 1451 DI

LOTUSSY, oase in wording in hartje Bourgogne, zoekt vrijwilligers voor diverse werkzaamheden. Tel. (00) (33) 386 307 854 e-mail: lotussyl@aol.com

GEZOCHT

We zoeken goede burens voor ons TOLHUIS. Te huur: een eenvoudig vrijstaand huisje (1926) 1 km van Workum, eromheen 1,4 ha grasland, eventueel gedeeltelijk te huur voor moestuin of geit. Huurprijs € 600,- p.m. exclusief. Tel. (0514) 52 28 64.

MENSEN & 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, fax (0411) 68 34 07 of h.petter@dekleinearde.nl 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 vóór 15 juli 2008 in.

Ecologisch dorp in de Negevwoestijn (Israël). Ondernemers-echtpaar (55 en 54) verlaat NL eind 2009. Zoekt serieuze medebewoners voor zelf te bouwen dorp met Gouden Leefregel: Respect voor Mens en Milieu. Ondersteuning van het project is ook welkom. Nadere info: jaakov.markus@orange.nl

Gratis af te halen: complete jaargangen van De Kleine Aarde, 2003 t/m 2007. Tel. (040) 255 04 64.

(Advertenties)

KOM

Genieten, Bezinnen op je levenreis (thema's: "Adempauze"), Zwemmen, Kamperen,

Frans leren, Lekker in je blootje lopen, Natuurtochten maken (o.a. wandelweken), Leker eten (ook vegetarisch), de zuid franse Cevennen bewonderen, Mens- en natuurvriendelijk vakantie vieren, Comfortabel vakantiehuizen huren,

Natuurlijk naturisme
La Combe de Ferrière,
St. Michel de Dèze,
48160 Frankrijk
tel. 0033 466 455 243



www.la-combe.com

NIEUW: Directe nachttreinen uit Amsterdam

- > Amsterdam – Praag / Wenen / Milaan / Kopenhagen / Warszawa enkele reis + fietsreservering v.a. 29,- pp
- > Kinderen t/m 14 jaar gratis mee naar o.a. Italië, Duitsland en Zwitserland
- > Tickets naar/van meer dan 55.000 bestemmingen
- > Amsterdam – Peking, 1 x overstappen, v.a. 661,- p.p.
- > Treinrondreis Zwitserse Panorama's v.a. 627,- p.p.

TREINTICKETS – TREINVAKANTIES – TREINRONDEIZEN – AUTOTREINEN – TREIN & FIETS

TREINREISWINKEL

SINGEL 393 – AMSTERDAM (BIJ HET SPUI)
BREESTRAAT 57 – LEIDEN – 071 513 70 08



WWW.TREINREISWINKEL.NL

DE MONDIALE VOETAFDRUK VAN MIDAS DEKKERS

Een kariger bestaan: goed voor lichaam en geest

Midas Dekkers ziet de wereld met verbazing aan. Hij is somber: we gaan naar de kloten, hoe dan ook. Als bioloog van opleiding en genie van nature heeft hij geen boodschap. Kijk naar de feiten, doe ermee wat je wilt. Wel komt er, als het aan hem ligt, binnenkort een einde aan tienduizend jaar traditionele voedselproductie. Er zit niets anders op.

TEKST: ERIC SCHOONES BEELD: RONALD HOEBEN

Zoals Charles Darwin, zijn grote voorbeeld, zo zou Dekkers willen zijn. Een kamergeleerde, niet het vrije veld in en dan thuiskomen met een blaasontsteking, nee, gewoon in de oblikaat geruite ochtendjas over het tuinpad ijsberen, met alle boeken uit zijn enorme bibliotheek in het hoofd. Nadenken.

Het decor is meer dan in orde. Midas Dekkers woont in oud-Hollandse stijl aan het water in een pittoresk straatje. Het statige pand was ooit in gebruik als gemeentehuis. Toch gooit hetzelfde monument roet in het eten, met zijn hoge plafonds, donkere lambrisering en ouderwetse rijen sanseveria's in de vensters. Het energieverbruik van de kamergeleerde blijkt hoger dan verwacht, het huis is 'goed automatisch geventileerd' en slurpt gas. Hoe braaf Midas Dekkers en zijn partner, illustrator Ruth Thiadens, ook deuren gesloten houden en alleen stoken in kamers waar ze moeten zijn. Dekkers' Mondiale Voetafdruk komt uit op 5,0 hectare, net iets boven het Nederlands gemiddelde. Met zelfspot concludeert Midas Dekkers dat hij toch niet deugt: "En maar stukjes schrijven over het milieu!"

Waar zit de pijn?

"Ik eet vlees en ik stook teveel, maar voor de rest ben ik heel braaf."

Met isolatie kun je het gasverbruik toch aardig inperken?

"Ja, maar met dubbel glas gaan de kozijnen naar God en krijg je een huis met van die dode ogen. Dat wil ik niet, ik houd nu eenmaal zo van oude huizen. Je moet oude dingen blijven gebruiken, dus zal mijn gasverbruik niet dalen."

En het vlees is zwak?

"Vroeger noemde ik mijzelf een dierenvriend, maar als je je vrienden opeet dan is de vriendschap niet veel waard, dus was ik twee jaar lang vegetariër, uit principe. De zwartste jaren van mijn leven. Verschrikkelijk, wat een narigheid. In die tijd, lang geleden, was je als vegetariër een zonderling. In vegetarische restaurants verkeerde je in het gezelschap van soortgenoten die jou met hun tulbanden, pukkels en macrobiotische onzin nog eens goed inwreven hoe absurd het was om vegetariër te zijn. Na twee jaar struikelde ik over een Hemaworst en sindsdien eet ik met schuldgevoel vlees en noem ik mij geen dierenvriend meer."

Zie je de biologische landbouw als een aflopende zaak?

"Ja, het is de verkeerde weg. Alle goedwillende mensen willen de bestaande landbouw nóg ouderwets – biologisch – maken, maar we moeten de landbouw juist veel nieuwerwets maken. We kunnen de voedselproblematiek alleen oplossen door ons eten in de fabriek te produceren, dat is mijn diepste overtuiging. Het is krankzinnig dat we zoiets belangrijks nog op dezelfde manier produceren als tienduizend jaar geleden.

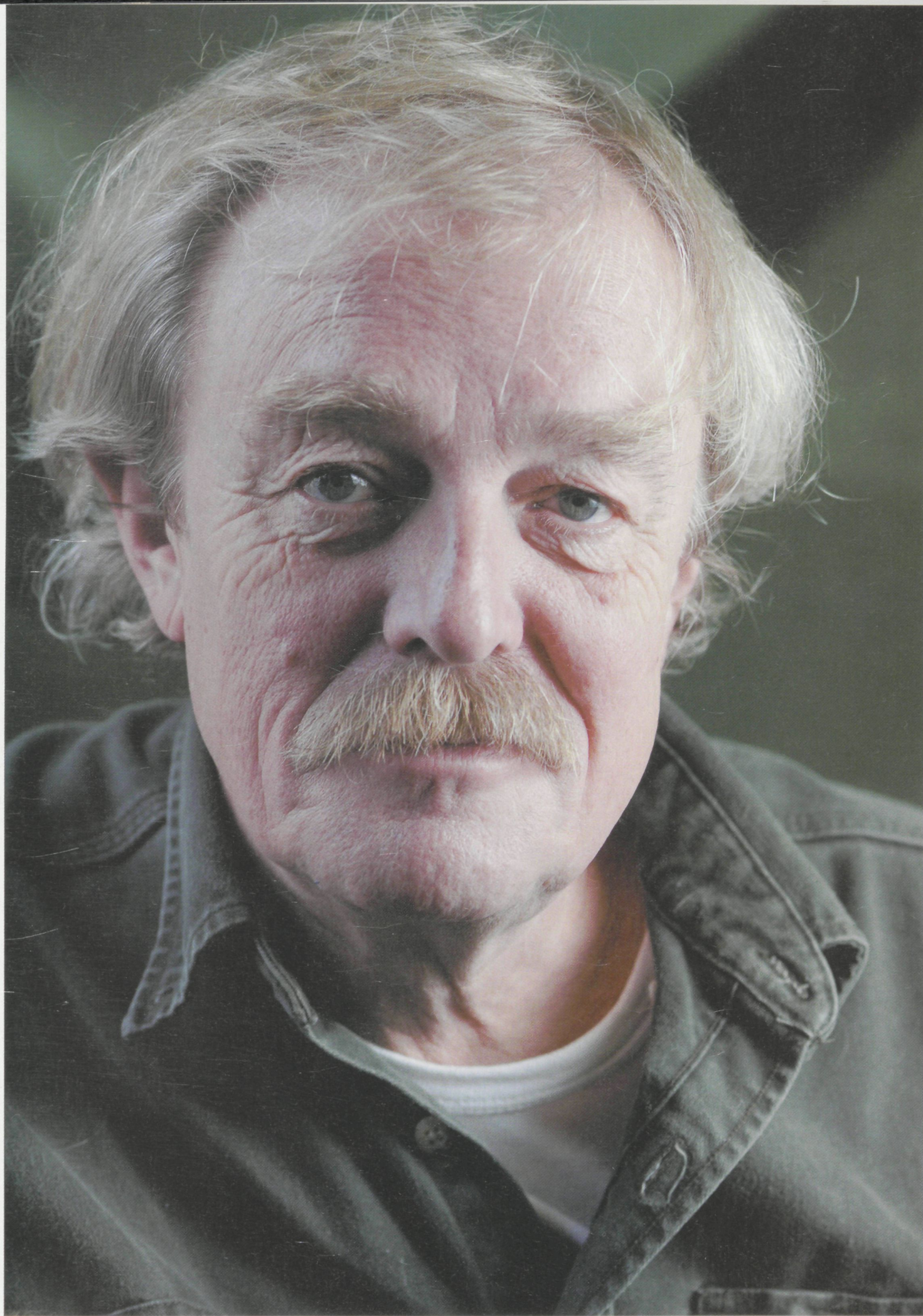
De minister van Landbouw – eigenlijk de minister van Boeren – zou vervangen moeten worden door een minister van Eten, die mits goed bij zijn hoofd, zou inzien dat je natuurlijk niet meer eten moet produceren door half Nederland met gras in te zaaien en daar beesten op te laten schijten. Je moet in de fabriek aan de slag, met kleine beestjes: bacteriën, algen, wieren en gisten, zo klein dat je er geen medelijden mee hoeft te hebben. Je stopt ze in een ketel en ze vermenigvuldigen zich razendsnel.



MIDAS DEKKERS
BEREKENDE ZIJN
MONDIALE VOET-
AFDRUK. DAT KAN
ONDER MEER VIA
WWW.VOETENBANK.NL

Er komt geen dierenleed meer aan te pas, het is gezond, goed voor het milieu en de technologie is beschikbaar. Als maar een klein deel van de landbouwsubsidies die we nu verkwisten aan de instandhouding van een ouderwets systeem, wordt besteed aan het uitvinden van nieuwe manieren om voedsel te maken, garandeer ik je honderd procent zeker over vijf jaar een enorme bevrijding van land en productiemiddelen. We zouden al die landbouwgrond kunnen gebruiken voor leuke dingen: bossen, hei, natuur... Maar op de grond die nu onttrokken wordt aan de landbouw zie ik vooral vreselijke industrieterreinen en verkeersrotondes. Om nog maar te zwijgen van de idioten die landbouwgrond onder water laten lopen om recreatiewoningen eromheen voor de dubbele prijs te kunnen verkopen."

Maarten 't Hart hield in zijn boekje 'Het Dovemansorendieet' een warm pleidooi voor het nieuwe voedsel. Zijn er meer mensen op dit spoor? "Veel te weinig, ik heb dat boekje trouwens



in één adem uitgelezen en Maarten 't Hart heeft het waarschijnlijk ook in één adem geschreven. Je hebt er een heel leuke middag mee."

Hoe ziet dat nieuwerwetse voedsel eruit?

"Eten bestaat uit twee componenten: de noodzakelijke voedingsstoffen, die veel efficiënter door micro-organismen geleverd kunnen worden, en de lekkere smaak, waar je plezier aan beleeft, waar je cultuurtjes van kunt bakken en waar damesbladen voor de helft van bestaan.

Ik hoop dat de voedingsindustrie slim genoeg zal zijn om nieuwe vormen en kleurtjes te bedenken en niet met schijngehakt en nepkarbonades te vervallen in de tragedie van de vegetariërs."

Maar voelt het ook als puur natuur?

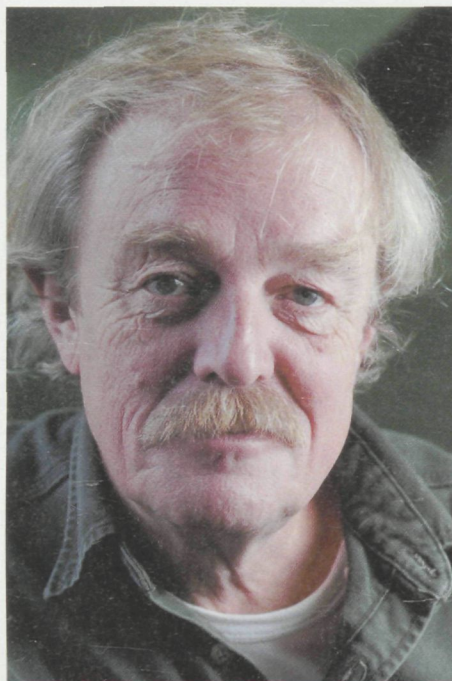
"Laat het imago maar over aan de reclamejongens. Als straks de inwoners van China en India ook lekker willen eten, zal blijken dat het op de traditionele manier niet meer kan. Laten we hopen en bidden dat ze in die landen op tijd ontdekken dat er voor hen niet genoeg kaviaar en paling is om ook chic te doen. De zeeën worden nu al leeggevestigd. Eens in de twee of drie jaar, precies weet ik het niet meer, worden alle vissen van de hele Noordzee eruit getild en opgegeten. Vervolgens moeten de resterende beesten zich het apelasarus paaïen om de visstand weer een beetje op peil te krijgen."

Overbevolking is een oude strijd.

"Moderne mensen consumeren dertig keer zoveel als ouderwetse mensen. Ik pleit voor een tweesporenbeleid: niet zo verschrikkelijk veel consumeren per mens en minder voortplanten. Iedereen praat over milieu, minder belastend produceren en consuminderen, maar over bevolkingsbeperking hoor je niks meer. Velen vinden eigenlijk dat er meer kinderen gemaakt moeten worden om de vergrijzing tegen te gaan. Het is verbijsterend dat de milieubeweging daar niet tegenin gaat."

De gangbare oplossing voor de vergrijzing is een denkfout?

"De vergrijzing lost zichzelf op. Oude mensen gaan het eerst dood, gewoon een kwestie van even doorbijten. De kinderen die je



'De belangrijkste oplossing is om dingen te laten, niet om dingen te doen'

nu maakt om de ouwe lui te verdunnen zijn over zeventig jaar zelf het probleem."

Nog even over de energierekening. Zijn zonnecellen geen optie, of mogen er geen zonnepanelen op dit monumentale pand?

"Dat doe je maar lekker in je nieuwbouwwijkje. De technologie van alternatieve energiebronnen is overigens nog niet ver genoeg ontwikkeld. De fabricage van zonnepanelen legt een enorm beslag op grondstoffen en energie, en de aantasting van het landschap door windmolens is niet evenredig aan wat het oplevert. In het ergste geval dienen zonnecellen alleen maar om te voorzien in extra consumptie van energie of om de olieprijs iets te helpen drukken."

Hoe moet het dan over veertig jaar als het gas op is?

"Ik ben nog van de oude school. De oplossing van het milieuprobleem ligt in vermindering van de economische groei, minder energiegebruik, gewoon minder, een kariger bestaan, goed voor lichaam en geest."

Dat krijg je niet voor elkaar in de hoofden van de mensen.

"Dat is het probleem. Ik ben nu eenenzestig en ik loop al veertig jaar mee in de milieubeweging. De vraag is steeds geweest: kunnen we de mensen ertoe brengen zich anders te gedragen voordat er ongelukken van komen, of moeten er eerst ongelukken gebeuren zodat mensen zich vanzelf wel anders gaan gedragen? Ik ben bang dat het tweede het geval zal zijn. Maar dat mag je niet hardop zeggen, want dan ben je een onheilsprofeet en dat schijnt niet in de mode te zijn."

Onder een laagje vrolijkheid schuilt een pessimistische meneer Dekkers. "Ik ben buitengewoon pessimistisch. Als je goed uit je ogen kijkt en nadenkt, dan zie je dat we naar de kloten gaan. Pas geleden kwam ik in een handleiding voor directeurs van abattoirs en ministers van Veeteelt een mooie metafoor tegen. Er werd beschreven hoe je een modern abattoir moet inrichten zodat je 10.000 koeien per uur kunt slachten op een christelijke manier. In zo'n modern abattoir worden de koeien naar binnen geleid via een trechter in een steeds nauwer wordende gang. Als goede kuddedieren lopen ze keurig netjes achter elkaar. De leukste vinding is dat die gang steeds flauwe bochten maakt zodat die koeien twintig meter voor zich uit kunnen kijken. Het is veilig en als ze een hoek omgaan is er weer twintig meter veilig. Bovendien lopen ze daar niet alleen – Annabel, Martha 2 en Lucy 7 zijn er ook. Zo gaan die koeien vol vertrouwen netjes in ganzenpas, totdat de gang zich nog verder vernauwt, een hekje ervoor, hekje erachter, een stroomstoot en boem, het is gebeurd.

Zo sjokken wij ook achter elkaar aan. Uit het feit dat het nu goed gaat concluderen we dat het wel goed zal blijven gaan. We worden in slaap gesust met: 'de technologie vindt er wel wat op'. De windmolen- en zonnecellenjongens zijn wat dat betreft even kortzichtig. Want zij roepen ook al veertig jaar 'dat we de problemen wel oplossen', maar ik heb hen nog niet een richting van een oplossing zien vinden. Die windmolens blijven lelijk en ze blijven trekvogels malen tot er niet eentje over is."

Geef De Kleine Aarde cadeau!

Een ideaal cadeau voor verjaardag, relatiegeschenk, afscheid of gewoon als verrassing. Met een De Kleine Aarde cadeaubon geeft u inspiratie cadeau!

Een cadeaubon bestellen is heel simpel!

Op de achterzijde van deze kaart vindt u de verschillende opties. Kruis aan welke bon(nen) u wilt bestellen. Vul hieronder uw gegevens in en u ontvangt de cadeaubon(nen) thuis!

Voorletters / Naam															
Adres															
Postcode / Woonplaats															
Geboortedatum															V M
Telefoonnummer															
E-mailadres															
Datum															
Rekeningnummer															
Handtekening															

Ja, ik machtig De Kleine Aarde om het bedrag van de cadeaubon(nen) (zie achterzijde) af te schrijven van mijn bank- of girorekening.

**De Kleine
aarde**

Woonkernen in geklimatiseerde, steriele ruimtes het hele jaar door. Ongevoed, geen ten en fruit op hydrocultuur geteeld worden. Wetenschappers die voeding beschouwen als meer dan een optelsom van voedingsstoffen – afkomstig van levende organismen met een ‘innerlijke kwaliteit’ – zijn kritisch over deze nieuwe technologieën. Ondertussen is de voedselcrisis wereldnieuws geworden: achthonderd miljoen mensen lijden chronisch honger, 25.000 doden per dag als (direct of indirect) gevolg van ondervoeding. Voedselprijzen zijn in drie jaar verdubbeld en de Wereldbank grijpt in met 800 miljoen subsidie voor investeringen in voedselproductie in ontwikkelingslanden.

Met dank aan Machteld Huber, Louis Bolk Instituut

De nieuwe windmolens hebben toch een hogere aaibaarheidsfactor?
“Nou en? Als windenergie een rol van betekenis moet spelen, dan moeten er honderd maal zoveel windmolens komen. Als die nieuwe windmolens maar half zo lelijk zijn dan wordt de wereld toch vijftig keer zo lelijk.”

Kan de biologie antwoorden geven op vragen over het klimaat?
“Ik houd wel eens lezingen voor managers en directeuren. Hun firma’s bestaan maximaal driehonderd jaar, langer niet. Het leven daarentegen al bestaat al drie miljard jaar, zonder ooit failliet te zijn gegaan. Tussen ons en de allereerste levende cel is een ononderbroken lijn. Als ik fabrieksdirecteur was zou ik die economieboekjes in een hoek gooien en ik zou maar eens in bos en hei gaan neuzen. De geschiedenis van het leven is de enige manier om te verklaren hoe we in zo’n krankzinnige wereld zijn aanbeland en waarom we zo raar doen met z’n allen.”

Wat kunnen we leren van de natuur?
“Met een mierennest kun je managers ook stapelgek maken. Zo’n nest is een prachtig ding, buitengewoon ingenieus, met klimaatcontrole, kraamkamers, maar zonder termietenkoning of -koningin, zonder managers, flip-overs, meetings, seminars of symposia.

En toch slagen mieren erin, zonder enige leiding, om met z’n allen iets groots tot stand te brengen en beslissingen te nemen. We hebben geen flauw idee hoe die beestjes dat voor elkaar krijgen. Eén zo’n mier is zo stom als het achtereind van een varken. In zo’n hoofdje passen een paar zenuwcelletjes, daar kun je niet mee denken. Alle mieren hebben dezelfde domme hersentjes, maar als je honderd mieren bij elkaar zet gaan ze opeens zinvol gedrag vertonen. Is dat niet wonderbaarlijk?”

Wat zeggen die managers dan?
“Ze worden een beetje pips, en na afloop van de lezing drinken ze een glaasje extra. De volgende dag gaan ze weer gewoon voort op de ingeslagen weg. Strooi wat zandkorreltjes over de tafel, volslagen wilkeurig en er ontstaan patronen. Als je dat doet met levende organismen en je voegt energie toe in de vorm van wind of elektra, dan zie je dat amorfe systemen toch de neiging hebben om structuur te gaan vertonen. Daar liggen misschien oplossingen voor toekomstige problemen.”

Heb je een boodschap?
“Nee, ik zou alleen willen dat mensen zich van tijd tot tijd afvragen of de dingen wel zijn zoals ze denken dat ze zijn. Als ze tot heel andere conclusies komen dan ik, dan is

mij, maar dan hebben ze in
er nagedacht. Meer kan ik

klein dun boekje
alles in staat...
plan blijven. De belangrijk-
problemen is om dingen
dingen te doen. Dat zou
de milieubeweging

Als die Alisdair nooit gebouwd was, hadden we nu nog een van de meest waardevolle brakwatergebieden ter wereld. Almere hoefde niet te zeuren om een A6 of A9, er zou gewoonweg geen Almere zijn.”

Is er dan geen enkel sprankje hoop?
“Mijn somberheid heeft in de eerste plaats met mijn karaktertje te maken. Biologische systemen hebben altijd de neiging evenwicht te vinden, ook voor onze milieuproblemen, maar ik ben bang dat het niet zonder slag of stoot zal gebeuren. Met een wereldbevolking van zes miljard op weg naar tien miljard... Daar is het aardbolletje niet op gebouwd en aangezien het aardbolletje niet groter kan worden, zal de mensheid kleiner moeten worden. Daar bestaan aardige en minder aardige methoden voor. De mensen mogen zelf kiezen.”

DE STELLING VAN MIDAS DEKKERS:

De traditionele voedselproductie biedt geen soelaas in de toekomst. Ook de biologische landbouw niet. Daarom moeten we overschakelen op eten uit de fabriek, gemaakt met micro-organismen: duurzaam, gezond, goed voor het milieu en zonder dierenleed.

Reageren op de stelling?
Mail naar: redactie@deklineaarde.nl

in één adem uitgelezen en heeft het waarschijnlijk ook geschreven. Je hebt er een dag mee."

Hoe ziet dat nieuwerwe eruit?

"Eten bestaat uit twee noodzakelijke voedingsstoffen efficiënter door micro-organismen kunnen worden, en de lekkere plezier aan beleefd, waar je van kunt bakken en waar damesbladen voor de helft van bestaan.

Ik hoop dat de voedingsindustrie slim genoeg zal zijn om nieuwe vormen en kleurtjes te bedenken en niet met schijngehaakt en nepkarbonades te vervallen in de tragedie van de vegetariërs."

Maar voelt het ook als puur natuur?

"Laat het imago maar over aan de reclamjongens. Als straks de inwoners van China en India ook lekker willen eten, zal blijken dat het op de traditionele manier niet meer kan. Laten we hopen en bidden dat ze in die landen op tijd ontdekken dat er voor hen niet genoeg kaviaar en paling is om ook chic te doen. De zeeën worden nu al leeggevestigd. Eens in de twee of drie jaar, precies weet ik het niet meer, worden alle vissen van de hele Noordzee eruit getild en opgegeten. Vervolgens moeten de resterende beesten zich het apelazarus paaien om de visstand weer een beetje op peil te krijgen."

Overbevolking is een oude strijd.

"Moderne mensen consumeren dertig keer zoveel als ouderwetse mensen. Ik pleit voor een tweesporenbeleid: niet zo verschrikkelijk veel consumeren per mens en minder voortplanten. Iedereen praat over milieu, minder belastend produceren en consumeren, maar over bevolkingsbeperking hoor je niks meer. Velen vinden eigenlijk dat er meer kinderen gemaakt moeten worden om de vergrijzing tegen te gaan. Het is verbijsterend dat de milieubeweging daar niet tegenin gaat."

De gangbare oplossing voor de vergrijzing is een denkfout?

"De vergrijzing lost zichzelf op. Oude mensen gaan het eerst dood, gewoon een kwestie van even doorbijten. De kinderen die je

Ik bestel hierbij een cadeaubon van De Kleine Aarde ter waarde van:

Aantal		x € 10
Aantal		x € 20
Aantal		x € 30
Aantal		x € 40
Aantal		x € 50

De cadeaubon kan ingeleverd worden als kortingsbon voor:

- Entree bewijzen tot het Eco-park in Bostel,
- Overnachtingen, met of zonder ontbijt,
- Cursussen, workshops en lezingen,
- Fietsarrangementen,
- Lunch en diner

Postzegel is niet nodig

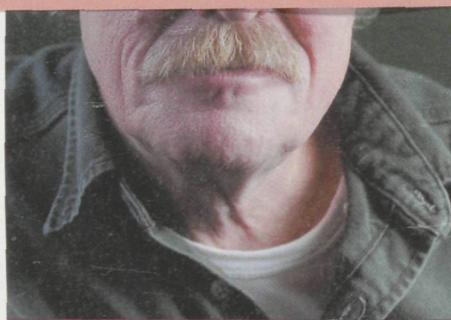
En/of ik geef iemand een Vriendschap of magazine abonnement cadeau:

Aantal x € 30 • Vriendschap van De Kleine Aarde voor het jaar 2008 (incl. vriendenpas + magazine abb.)

Aantal x € 17 • Magazine abonnement op het kwartaal magazine van De Kleine Aarde voor 2008

De bon kan niet ingeleverd worden tegen contanten.
De bon kan slechts één keer gebruikt worden.
Het eventueel overblijvende bedrag vervalt.

De Kleine Aarde • Het Klaverblad 13, Bostel • (0411) 68 49 21 • www.dekleinearde.nl



'De belangrijkste oplossing is om dingen te laten, niet om dingen te doen'

nu maakt om de ouwe lui te verdunnen zijn over zeventig jaar zelf het probleem."

Nog even over de energierekening. Zijn zonnecellen geen optie, of mogen er geen zonnepanelen op dit monumentale pand?

"Dat doe je maar lekker in je nieuwbouwwijkje. De technologie van alternatieve energiebronnen is overigens nog niet ver genoeg ontwikkeld. De fabricage van zonnepanelen legt een enorm beslag op grondstoffen en energie, en de aantasting van het landschap door windmolens is niet evenredig aan wat het oplevert. In het ergste geval dienen zonnecellen alleen maar om te voorzien in extra consumptie van energie of om de olieprijs iets te helpen drukken."

Hoe moet het dan over veertig jaar als het gas op is?

"Ik ben nog van de oude school. De oplossing van het milieuprobleem ligt in vermindering van de economische groei, minder energiegebruik, gewoon minder, een kariger bestaan, goed voor lichaam en geest."

onheilsprofeet en dat schijnt niet in de mode te zijn."

Onder een laagje vrolijkheid schuilt een pessimistische meneer Dekkers. "Ik ben buitengewoon pessimistisch. Als je goed uit je ogen kijkt en nadenkt, dan zie je dat we naar de kloten gaan. Pas geleden kwam ik in een handleiding voor directeurs van abattoirs en ministers van Veeteelt een mooie metafoor tegen. Er werd beschreven hoe je een modern abattoir moet inrichten zodat je 10.000 koeien per uur kunt slachten op een christelijke manier. In zo'n modern abattoir worden de koeien naar binnen geleid via een trechter in een steeds nauwer wordende gang. Als goede kuddedieren lopen ze keurig netjes achter elkaar. De leukste vinding is dat die gang steeds flauwer bochten maakt zodat die koeien twintig meter voor zich uit kunnen kijken. Het is veilig en als ze een hoek omgaan is er weer twintig meter veilig. Bovendien lopen ze daar niet alleen – Annabel, Martha 2 en Lucy 7 zijn er ook. Zo gaan die koeien vol vertrouwen netjes in ganzenpas, totdat de gang zich nog verder vernauwt, een hekje ervoor, hekje erachter, een stroomstoot en boem, het is gebeurd.

Zo sjokken wij ook achter elkaar aan. Uit het feit dat het nu goed gaat concluderen we dat het wel goed zal blijven gaan. We worden in slaap gesust met: 'de technologie vindt er wel wat op'. De windmolen- en zonnecellenjongens zijn wat dat betreft even kortzichtig. Want zij roepen ook al veertig jaar 'dat we de problemen wel oplossen', maar ik heb hen nog niet een richting van een oplossing zien vinden. Die windmolens blijven lelijk en ze blijven trekvogels malen tot er niet eentje over is."

Novel Protein Foods, High Tech Agronomie en de voedselcrisis

Binnen het overheidsprogramma Duurzame Technologische Ontwikkeling (DTO) wordt, onder andere aan de Technische Universiteit Delft, gewerkt aan Novel Protein Foods: eiwitten, opgebouwd uit aminozuren als een soort legosteentjes, bijvoorbeeld geproduceerd door bacteriën. DTO streeft ernaar de voedingsstoffen uit onze voeding met moderne technologie zo efficiënt mogelijk te produceren, in de toekomst mogelijk afgestemd op de genetische samenstelling van de individuele consument. Verder is High Tech Agronomie een nieuwe ontwikkeling. Daarbij kunnen in voedselvlak bij woonkernen in geklimatiseerde, steriele ruimtes het hele jaar door onbespoten groenten en fruit op hydrocultuur geteeld worden. Wetenschappers die voeding beschouwen als meer dan een optelsom van voedingsstoffen – afkomstig van levende organismen met een 'innerlijke kwaliteit' – zijn kritisch over deze nieuwe technologieën.

Ondertussen is de voedselcrisis wereldnieuws geworden: achthonderd miljoen mensen lijden chronisch honger, 25.000 doden per dag als (direct of indirect) gevolg van ondervoeding. Voedselprijzen zijn in drie jaar verdubbeld en de Wereldbank grijpt in met 800 miljoen subsidie voor investeringen in voedselproductie in ontwikkelingslanden.

Met dank aan Machteld Huber, Louis Bolk Instituut

De nieuwe windmolens hebben toch een hogere aaibaarheidsfactor?

"Nou en? Als windenergie een rol van betekenis moet spelen, dan moeten er honderd maal zoveel windmolens komen. Als die nieuwe windmolens maar half zo lelijk zijn dan wordt de wereld toch vijftig keer zo lelijk."

Kan de biologie antwoorden geven op vragen over het klimaat?

"Ik houd wel eens lezingen voor managers en directeurs. Hun firma's bestaan maximaal driehonderd jaar, langer niet. Het leven daar-entegen al bestaat al drie miljard jaar, zonder ooit failliet te zijn gegaan. Tussen ons en de allereerste levende cel is een ononderbroken lijn. Als ik fabrieksdirecteur was zou ik die economieboekjes in een hoek gooien en ik zou maar eens in bos en hei gaan neuzen. De geschiedenis van het leven is de enige manier om te verklaren hoe we in zo'n krankzinnige wereld zijn aanbeland en waarom we zo raar doen met z'n allen."

Wat kunnen we leren van de natuur?

"Met een mierenest kun je managers ook stapelgek maken. Zo'n nest is een prachtig ding, buitengewoon ingenieus, met klimaatcontrole, kraamkamers, maar zonder termietenkoning of -koningin, zonder managers, *flip-overs*, *meetings*, seminars of symposia.

En toch slagen mieren erin, zonder enige leiding, om met z'n allen iets groots tot stand te brengen en beslissingen te nemen. We hebben geen flauw idee hoe die beestjes dat voor elkaar krijgen. Eén zo'n mier is zo stom als het achtereind van een varken. In zo'n hoofdje passen een paar zenuwcelletjes, daar kun je niet mee denken. Alle mieren hebben dezelfde domme hersentjes, maar als je honderd mieren bij elkaar zet gaan ze opeens zinvol gedrag vertonen. Is dat niet wonderbaarlijk?"

Wat zeggen die managers dan?

"Ze worden een beetje pips, en na afloop van de lezing drinken ze een glaasje extra. De volgende dag gaan ze weer gewoon voort op de ingeslagen weg. Strooi wat zandkorreltjes over de tafel, volslagen willekeurig en er ontstaan patronen. Als je dat doet met levende organismen en je voegt energie toe in de vorm van wind of elektra, dan zie je dat amorfe systemen toch de neiging hebben om structuur te gaan vertonen. Daar liggen misschien oplossingen voor toekomstige problemen."

Heb je een boodschap?

"Nee, ik zou alleen willen dat mensen zich van tijd tot tijd afvragen of de dingen wel zijn zoals ze denken dat ze zijn. Als ze tot heel andere conclusies komen dan ik, dan is

dat jammer voor mij, maar dan hebben ze in ieder geval erover nagedacht. Meer kan ik niet doen."

Je zou nog een klein dun boekje schrijven waar alles in staat...

"Dat zal bij een plan blijven. De belangrijkste oplossing voor problemen is om dingen te laten, niet om dingen te doen. Dat zou de boodschap van de milieubeweging moeten zijn.

Als die Afsluitdijk nooit gebouwd was, hadden we nu nog een van de meest waardevolle brakwatergebieden ter wereld. Almere hoefde niet te zeuren om een A6 of A9, er zou gewoonweg geen Almere zijn."

Is er dan geen enkel sprankje hoop?

"Mijn somberheid heeft in de eerste plaats met mijn karaktertje te maken. Biologische systemen hebben altijd de neiging evenwicht te vinden, ook voor onze milieuproblemen, maar ik ben bang dat het niet zonder slag of stoot zal gebeuren. Met een wereldbevolking van zes miljard op weg naar tien miljard... Daar is het aardbolletje niet op gebouwd en aangezien het aardbolletje niet groter kan worden, zal de mensheid kleiner moeten worden. Daar bestaan aardige en minder aardige methoden voor. De mensen mogen zelf kiezen."

DE STELLING VAN MIDAS DEKKERS:

De traditionele voedselproductie biedt geen soelaas in de toekomst. Ook de biologische landbouw niet. Daarom moeten we overschakelen op eten uit de fabriek, gemaakt met micro-organismen: duurzaam, gezond, goed voor het milieu en zonder dierenleed.

Reageren op de stelling?

Mail naar: redactie@dekleineaarde.nl

Het model van de Mondiale Voetafdruk staat centraal op De Kleine Aarde. In dit model wordt de milieudruk van uw leefstijl uitgedrukt als het ruimtebeslag dat u daarmee legt op de aarde. Hoeveel ruimte dat is, hangt onder meer af van uw consumptiegedrag. Het model berekent de oppervlakte die met uw levensstijl nodig is voor bijvoorbeeld energie en grondstoffen, productie van voedsel, wonen enzovoorts. Per wereldburger is er 1,8 hectare beschikbaar, inclusief de nodige ruimte voor de natuur en behoud van de biodiversiteit.. In Nederland gebruiken we gemiddeld 4,4 ha.

REDACTIE: ERIC SCHOONES EN JAN JUFFERMANS

Doen & laten

Er zijn veel dingen die je als consument kunt doen of laten om je Mondiale Voetafdruk te verkleinen, van het kopen van een zonneboiler tot het aanleggen van een groentetuin. In deze aflevering Carla Teer, die koos voor het laatste.

Carla Teer over haar volkstuin

Vanuit de woonkamer van haar huis, aan de rand van het landelijke Heesch, kijkt keramiste Carla Teer uit over de weilanden; zolang het nog duurt, want ook hier wordt flink gebouwd. Achter in de tuin heeft Carla haar atelier, daar maakt ze van klei vrolijke katten en vogeltjes. De grote siertuin krijgt te weinig zon om er groenten te telen, maar onder de fruitbomen is het in de zomer heerlijk werken voor Carla met cursisten. Daar staan ook de ovens waarin ze experimenteert met primitieve stookmethodes voor haar keramiek. Over de milieu-effecten daarvan heeft ze eigenlijk nooit zo nagedacht: "Ik denk dat het erg meevalt, zeker vergeleken met een elektrische oven, want die slurpt weer stroom. Bij *pitfire*-stoken liggen meerdere werkstukken tussen het hout en het zaagsel, dan krijg je de effecten van de vlammen op je werkstuk."

Plukbloemen

Na vijf minuten fietsen staan we op het volkstuincomplex, waar Carla samen met vriendin Marian een flinke tuin heeft, ieder wel zo'n 75 vierkante meter. Dat is veel werk, gelukkig doet de echtgenoot van Marian het zware spitwerk. Gewoon wroeten in de aarde vindt Carla wel heerlijk: "Ik kan me er eindeloos in verliezen en je bent hier zo een paar uur verder."

De overvloed van verse onbespoten groenten van de tuin is echt een rijkdom: "Als de tuin er dan ook nog mooi bij staat met bloemen ertussen, kan ik er erg van genieten. Leuk is ook dat je hier een beetje kunt aanrommelen. Het hoeft niet allemaal zo gelikt. Ramen die

anders naar de vuilstort gaan worden hier hergebruikt voor kasjes." Om nog maar te zwijgen van de creatieve irrigatiesystemen die zijn aangelegd om zoveel mogelijk regenwater zonder omwegen naar de wortels te leiden van diverse soorten groente: courgettes, peultjes, tuinbonen, raapstelen, spinazie, witte en groene asperges, boerenkool, rodekool. "Bonen zijn altijd een *successstory*, en stokbonen geleid tegen staken van de hazelaar zijn ook nog eens een lust voor het oog. Net zoals pronkboontjes, die het extra goed doen in het Hollandse klimaat. Paprika lukt ook gewoon prima in volle grond, maar de plant is niet moeders mooiste." Carla wil ook plukbloemen kweken: "De bloemen van knoflookbieslook doen het net zo goed in een vaasje als het loof in de sla. Dat bracht me op het idee om plukbloemen te kweken, want bloemen uit de winkel staan meestal bol van de bestrijdingsmiddelen. Onbespoten is gewoon een prettig en gezond idee."

Kriekippen

Frambozen staan aan het hek, om heerlijk vers van te snoepen. Carla: "Ik houd ook niet van groente en fruit met veel vliegkilometers. Ik koop liever Hollandse producten dan fruit uit Spanje. Er is hier in het dorp geen biologische winkel, daarvoor moet je naar Oss of naar Den Bosch. In onze wilde jaren aten we vaak maar één keer per week vlees – verder adukiboontjes en zo, je kent het wel – we waren niet echt vegetarisch. Met een man die niet houdt van kaas of vis en met zoveel echte Hollandse groente op het land, grijp je sneller naar een stukje vlees."



Carla geniet ook van het kleinschalige van de groentetuin. "Ik heb daardoor bovendien nauwelijks problemen met ziektes. Als je wisselbouw toepast heb je soms alleen de aardappelziekte die nog de kop opsteekt. De kriekippen die ik houd ruimen ook nog eens al het onkruid op dat je niet op de composthoop wilt hebben. Ze zijn gek op een oude boterham of een restje spaghetti en je krijgt er heerlijke eitjes voor terug. Veel smakelijker dan gewone eieren.

Meer info over het werk van Carla Teer: www.carlateer.nl

Goed uit de voeten met een (volks)tuin

Wat u van dichtbij haalt heeft een heel mooie Voetafdruk. Het scheelt namelijk aanzienlijk qua vervoer, maar ook qua verpakking en bewerking.

Dus elke aardappel en bloemkool uit uw eigen (moes- of volks-)tuin scoort wat dat betreft goed. Biologisch geteeld geeft ook nog eens een 20% kleinere Mondiale Voetafdruk. Hetzelfde geldt natuurlijk voor bloemen. Niets is toch mooier dan een bloemetje van eigen teelt. Voorwaarde is wel dat u lopend of met de fiets naar de tuin gaat!

Met de Mondiale Voetafdruk worden niet alleen grote mondiale verschillen duidelijk, maar ook de milieueffecten van onze persoonlijke leefstijl. Met deze inzichten kan iedereen in het dagelijks leven daadwerkelijk iets doen om zijn Mondiale Voetafdruk te verkleinen. En dat is nodig, want veel wereldburgers, waaronder wij in Nederland, leven op te grote voet. Op www.voetenbank.nl kunt u zelf eenvoudig uw MV uitrekenen. Op www.vakantievoetafdruk.nl en www.voedselvoetafdruk.nl meet u het effect van uw vakanties en uw voedingsgewoonten op het milieu.

Steeds meer landen meten met de Voetafdruk

In 2005 ging de campagne 'Ten in Ten' van start, gelanceerd door het Global Footprint Network in Oakland, Californië/Verenigde Staten. De doelstelling is dat er in 2015 tien landen zijn die de Voetafdruk formeel gebruiken in het beleid, zoals nu al gebeurt in Londen en Wales. Steeds meer landen willen nu met de Voetafdruk aan de slag. Eerste was Zwitserland. Daarna volgden Zweden en Italië. Intussen is er een reeks van landen die grote interesse hebben getoond of waar al nationale berekeningen plaatsvinden: de Verenigde Arabische Emiraten, België, Finland, Japan, Schotland en Zuid-Australië. Meer informatie over de campagne op www.footprintnetwork.org

Verklaring van Tilburg

Op 10 januari 2008 werd in Tilburg de conferentie 'Een comfortabele waarheid' gehouden, over een duurzame en solidaire economie. Ruim 350 mensen namen deel aan de workshops en lieten zich inspireren door dr. Susan George, die het internationale debat over globalisering aanzwengelde. Na de conferentie is een 'Verklaring van Tilburg' uitgebracht, waarin ook verwezen wordt naar de mondiale effecten van de ruim 6 miljard groeiende Voetafdrukken. Iedereen kan nu de verklaring steunen. Ze is al ondertekend door onder anderen Arnold Heertje, Hans Opschoor, Jan Pronk, Liesbeth van Tongeren en Herman Wijffels. De tekst is te vinden op: www.economischegroei.net

Eredoctoraat voor Wackernagel

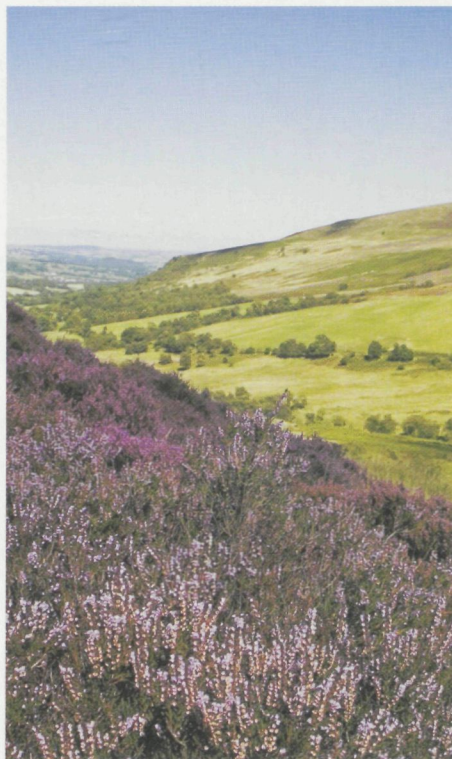
Mathis Wackernagel, een van de grondleggers van het Voetafdrukmodel en nu algemeen directeur van het Global Footprint Network, heeft van de Universiteit van Bern een eredoctoraat in de natuurwetenschappen ontvangen. Hij kreeg deze onderscheiding onder andere vanwege zijn wereldwijde werk met de Voetafdruk, voor het populariseren van de vraagstukken rond de draagkracht van de aarde en mondiale duurzaamheid, en ook voor het samenbrengen van wetenschappers en politici rond deze

vraagstukken. Wackernagel is met zijn 45 jaar de jongste eredoctor van de Universiteit van Bern.

One Planet Wales

Werken met de Mondiale Voetafdruk betekent rekening houden met het feit dat we maar één planeet hebben. Dit is nog niet tot iedereen doorgedrongen: velen lijken er vanuit te gaan dat we over meer aardes beschikken. In Wales is daarom door het Wereld Natuur Fonds een *footprint*-campagne opgezet om het *One-Planet*-denken te bevorderen. De bedoeling is de mensen in Wales te stimuleren te kiezen voor een kwalitatief goed leven met een mooie Voetafdruk; een situatie die in 2050 bereikt kan worden. Samen met de Universiteit van Manchester werd een scenario gepubliceerd met voor alle sectoren een reductie van ongeveer 75% van de huidige Voetafdruk. Dus *One Planet Buildings*, *One Planet Food*, *One Planet Transport* et cetera. Ook *One Planet Economy*! Het rapport – in het Engels en Welsh – kan worden gedownload via: www.wwf.org.uk/wales

FOTO: BLOEIENDE HEIDE IN DE BRECON BEACONS IN WALES.



Etiket met ecologische Voetafdruk

The Carbon Action Plan (CAP) gaat de uitstoot van koolstofdioxide per product (*carbon footprint*) onafhankelijk meten en deze wereldwijd op verpakkingen van frisdranken zetten. Frisdrankfabrikanten staan onder steeds grotere druk van consumenten en overheid om de impact van hun activiteiten op het milieu te verminderen. Door het vermelden van de *carbon footprint* op het etiket kunnen ze de duurzaamheid van het product aangeven.

Het CAP gaat ook andere gegevens op de frisdrankverpakking vermelden, zoals de hoeveelheid duurzame energie gebruikt per product, het percentage gerecycled materiaal per verpakking, de hoeveelheid water per liter product en hoeveel CO₂-reductie is behaald in de afgelopen twee jaar.

Bron: www.insnet.org

Voetafdruk-websites

Algemene Voetafdruksite:

www.voetenbank.nl

Internationaal: www.footprintnetwork.org



Bereken uw voedselvoetafdruk:

www.VoedselVoetafdruk.nl

Hoe groot (of klein) is de voetafdruk van uw vakanties? www.VakantieVoetafdruk.nl

Doe de klimaatscan:

www.klimaatvoetafdruk.nl en Live Cool!

Bereken de Voetafdruk van uw reis:

www.mobiliteitsvoetafdruk.nl

LEONTIEN VAN
MOORSEL ONT-
VING UIT HANDEN
VAN DIRECTEUR
KO DE ZEEUW EEN
VRIENDSCHAPSKAART
VAN DE KLEINE AARDE.



Leontien van Moorsel op de step naar Mobiliteitsbeurs

Op 29 maart kwam Leontien van Moorsel op de step van station Bortel naar De Kleine Aarde om daar de opening van de Mobiliteitsbeurs te verrichten. Met dit evenement opende De Kleine Aarde het Eco-park voor het nieuwe seizoen.



Tijdens de Mobiliteitsbeurs kon het publiek verschillende milieuvriendelijke vervoermiddelen testen. Op de vouwfiets zonder ketting reed Van Moorsel zo weg. "Dit is helemaal mijn ding", riep de oud-wielrenster enthousiast waarna ze snel een rondje rond het veld reed. Een ander vervoermiddel dat in beweging komt door te draaien met de heupen, was geen favoriet bij Van Moorsel. "Zo duurt het wel heel lang voor dat ik bij ons mam ben!" (BRON: BRABANTS CENTRUM, 03/04/2008)



Tijdens de Mobiliteitsbeurs waren zuinige, innovatieve auto's en bijzondere fietsen te bezichtigen. Daarnaast presenteerden verschillende bedrijven en organisaties hun product of dienst. Jong en oud waren niet weg te slaan bij de simulator waarmee het Nieuwe Rijden uitgetest kon worden. Ruim 600 bezoekers vonden hun weg naar de Mobiliteitsbeurs.

Lezersonderzoek

Beste lezer van magazine *De Kleine Aarde*,

Het is alweer een tijdje geleden, maar afgelopen herfst is het themanummer mobiliteit bij u in de bus gevallen. Heeft deze *special* u misschien de ogen geopend en bent u bewuster gaan kijken naar uw eigen mobiliteit? Wij zijn hier benieuwd naar!

Daarom volgt hier een korte vragenlijst, waarvan we hopen dat u die wilt invullen.

De vragen beantwoorden kost u slechts een paar minuten.

Maak kans op een gratis culinair diner voor twee!

Meedoen is eenvoudig: stuur een e-mail met uw antwoorden naar: enquete@dekleineaarde.nl of stuur de ingevulde vragenlijst (of een kopie daarvan) vóór 15 juni in een envelop zonder postzegel naar: De Kleine Aarde, Antwoordnummer 1651, 5280 VJ Boxtel

Onder de inzenders worden 2 geheel biologische viergangendiners voor 2 personen in het sfeervolle Eco-café van De Kleine Aarde verloot!



Alvast vriendelijk bedankt voor uw medewerking!

Om kans te maken op het diner vragen wij u uw e-mailadres in te vullen.

1. Herinnert u zich het themanummer van *De Kleine Aarde* over mobiliteit (herfst 2007)?

(Kruis een hokje aan)

- ☐ Jazeker
- ☐ Ja, nu ik erop word geattendeerd
- ☐ Nee
- ☐ Nee, want ik was toen nog geen abonnee / Vriend van De Kleine Aarde

2. Bent u zich door dit themanummer bewuster geworden van de kansen en mogelijkheden op het gebied van duurzame mobiliteit?

(Kruis een hokje aan)

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ Weet niet

3. Hoe informatief vond u dit themanummer?

(Omcircel het cijfer van uw keuze)

- 1 2 3 4 5
- Weinig informatief Zeer informatief

4. Gaf het themanummer u nieuwe ideeën en inspiratie om op een duurzamere manier te reizen?

(Omcircel het cijfer van uw keuze)

- 1 2 3 4 5
- Zeer weinig Zeer veel

Zie ommezijde voor vervolg enquête.

5a. Hebt u na het lezen van het themanummer actie ondernomen om uw om duurzamer te reizen?

(Kruis een hokje aan)

- ☐ Ja (beantwoord ook vraag 5b)
- ☐ Nee (ga naar vraag 6)
- ☐ Weet het nog niet (ga naar vraag 6)

5b. Ik probeer duurzamer te reizen door:

(Kruis een of meer hokjes aan, meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ vaker voor korte ritten de fiets te nemen
- ☐ vaker voor het openbaar vervoer te kiezen
- ☐ mijn rijstijl volgens 'Het Nieuwe Rijden' aan te passen
- ☐ een auto te delen of te carpoolen
- ☐ te kiezen voor een zuinigere en schonere auto (bij vervanging)
- ☐ mijn vrijetijdsbesteding dichterbij huis te zoeken
- ☐ Anders, namelijk.....

6. Geef een cijfer tussen de 1 en 10 voor uw algemene oordeel van de special;.....

7. Hebt u nog aanvullende opmerkingen m.b.t. De themaspecial mobiliteit?

.....

.....

Bedankt voor het meedoen!

Beoordeel de duurzaamheid van uw manier van reizen via www.mobiliteitsvoetafdruk.nl



Inzenden vóór 15 juni. Stuur bij voorkeur een e-mail met uw antwoorden naar: enquete@dekleineaarde.nl, of stuur de ingevulde vragenlijst (of een kopie daarvan) in een envelop zonder postzegel naar: De Kleine Aarde, Antwoordnummer 1651, 5280 VJ Boxtel

leontien's LADIES RIDE

8 JUNI ZWOLLE
13 JULI ROTTERDAM
21 SEPTEMBER 'S-HERTOGENBOSCH

*de gezelligste fietstocht
van Nederland!*



LADIES ONLY...

meer informatie
en inschrijven:

www.LeontiensLadiesRide.nl

ICI PARIS XL parfumerie

 **BOVAG**

koga miyata
THE QUALITY PEOPLE IN CYCLING

 **HYPOTHEEK VISIE**

BAR-LE-DUC
NATUURLIJK
MINERAALWATER

 **Kneipp**

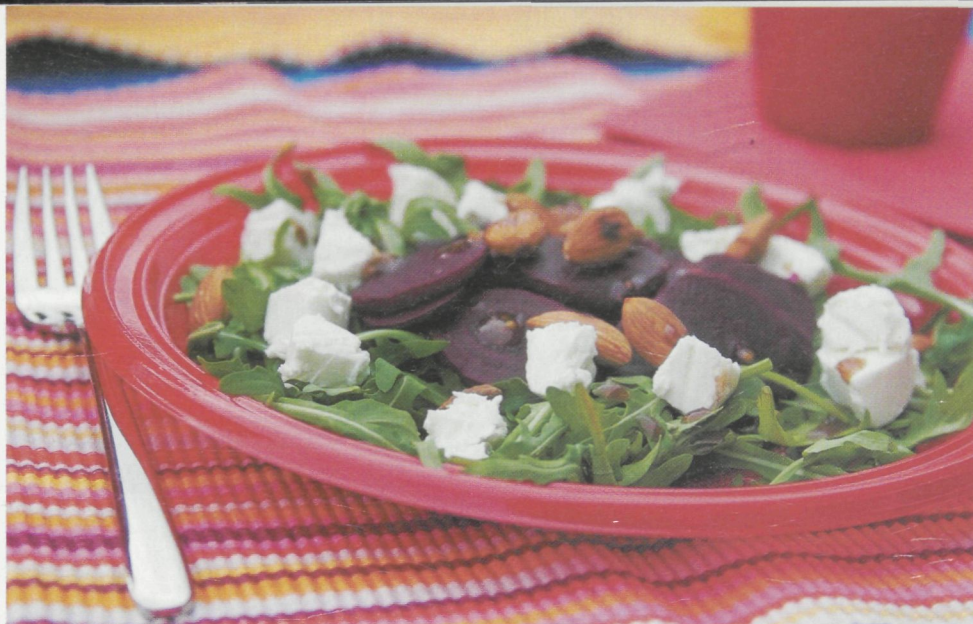
(H)eerlijk eten
RECEPTEN: RAISSA LUIF

Koken op de camping

Deze vier gerechten met lekkere groenten van
het seizoen kunt u met één pan koken.

FOTO'S: ROOS VAN DER SANDT





De recepten zijn voor vier personen.

LUNCHGERECHT

Zomerse salade van rode biet

Nodig voor de salade

75 gram rucola
4 rode bieten, gekookt en in partjes gesneden
125 gram geitenkaas
75 gram hazelnoten of amandelen, geroosterd in een droge pan

Nodig voor de dressing

1 el frambozenazijn
4 el walnotenolie of olijfolie
0,5 el grove mosterd
1 el honing
zout en versgemalen zwarte peper

Verdeel de rucola over 4 borden. Schik daarop de bietenpartjes en verbrokkel daaroverheen de geitenkaas. Verdeel de noten over de borden. Maak dan de dressing. Meng de ingrediënten voor de dressing in een kommetje. Verdeel de dressing over de salade. Eet er (geroosterd) brood met roomboter bij.

In plaats van rucola kunt u ook veldsla gebruiken voor dit gerecht. Veldsla is het hele jaar door verkrijgbaar en smaakt fantastisch bij bieten en geitenkaas.

LUNCHGERECHT

Omelet met artisjok, spinazie en walnoot

Nodig

1 grote artisjok, gekookt
citroensap en zout
6 eieren
100 gram spinazie
75 gram walnoot
200 gram feta
handje munt, fijngesneden
zout en versgemalen zwarte peper
olijfolie

De artisjok kookt u zo: snijd de steel van de artisjok, haal de buitenste dikke blaadjes eraf tot de lichtere, zachtere blaadjes zichtbaar worden en snijd de harde punten van de bladeren (ongeveer eenderde vanaf de bovenkant). Snijd de artisjok in de lengte doormidden en verwijder de haartjes uit het

hart van de groente. Leg de helften in water met wat citroensap om de mooie kleur te behouden. Kook de artisjok een kwartier in water met zout. Let op: Kook de artisjok niet in een aluminium pan om verkleuring te voorkomen.

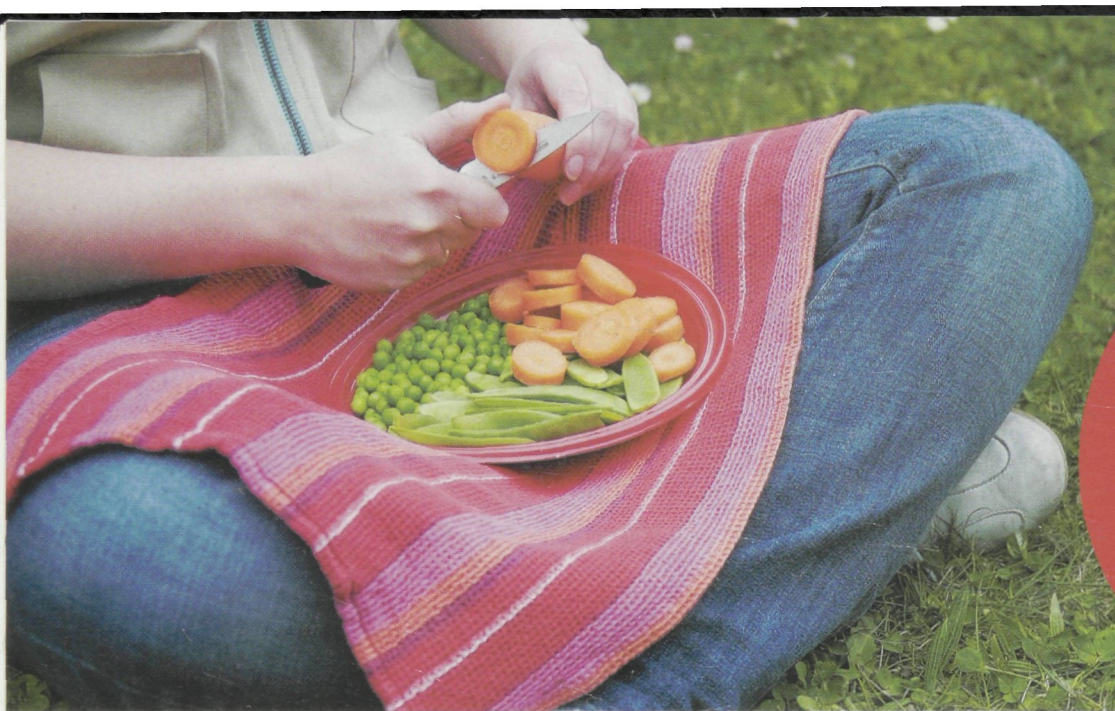
Breek de eieren boven een beslagkom en klop ze door elkaar met een garde. Voeg de uitgelekte en goed drooggedekte spinazie en de walnoot toe. Verkrummel de feta boven de beslagkom. Snijd de gekookte artisjok in dunne plakjes, dep ze goed droog en doe ze bij het eiermengsel. Doe tot slot munt, zout en peper in de kom en roer alles goed door. Laat u niet afschrikken door het volume dat de spinazie inneemt. Deze slinkt bij het bakken. Verhit nu een scheutje olijfolie in een koekenpan met hoge rand, giet het eiermengsel in de pan en bak de omelet in 25-30 minuten gaar. Druk tijdens het bakken de groente een beetje aan, om eventuele uitsteeksels te voorkomen. De omelet is gaar als deze niet meer nat is.



Tip:

Hebt u noten iets te lang in de droge koekenpan gelaten en zijn ze wat aan de donkere kant?

Wrijf met uw handen de lelijke velletjes van de noten. Ze zijn dan nog prima eetbaar.



Pistou is de Franse variant van pesto. De Italianen eten pesto bij hun pasta en de Fransen eten pistou in hun soep. Pistou bevat doorgaans geen pijnboompitten. Wilt u de soep echter wat meer *body* geven, dan kunt u er natuurlijk best een handje pijnboompitten in verwerken.

AVONDMAALTIJD

Risotto met bospeen, peultjes en doperwtjes

Nodig

olijfolie (of roomboter)
2 teentjes knoflook, geperst
1 ui, gesnipperd
400 gram risottorijst
1 liter groentebouillon
150 gram bospeen, in plakjes
100 gram peultjes, zonder draadjes
150 gram doperwten
scheut room, naar smaak
zout en versgemalen zwarte peper
handje basilicum en Parmezaanse kaas, naar smaak

Zweet knoflook en ui aan in de verwarmde olijfolie. U kunt ook roomboter nemen voor een romiger resultaat. Doe de droge rijst in de pan en roer deze goed om, zodat alle rijstkorrels glanzen van de olie. Schenk een scheutje van de groentebouillon in de pan en blijf omscheppen, tot al het vocht is opgenomen. Schenk dan weer een scheutje bouillon in de pan en wacht weer tot ook dit vocht is opgenomen. Voeg na 10 minuten de groenten toe en ga door met in scheutjes bouillon toevoegen en wachten tot al het vocht is opgenomen. Na ongeveer 25-30 minuten is de risotto gaar. Schenk eventueel op het laatst wat room door de risotto, als u van een romige smaak houdt. De risotto is klaar als deze nog wel iets van een *bite* heeft, maar de massa als geheel zacht is. Breng het gerecht op smaak met zout en peper en verdeel het over de borden. Een scheutje goede olijfolie maakt de risotto nog smakelijker. Garneer de risotto eventueel met basilicum en Parmezaanse kaas.

AVONDMAALTIJD

Groene zomersoep met courgette, broccoli, sperziebonen en zelfgemaakte pistou

Nodig voor de soep

olijfolie
2 teentjes knoflook, geperst
1 ui, gesnipperd
1,5 liter groentebouillon
150 gram sperziebonen, gedopt
1 stronk broccoli, in roosjes
1 courgette, in blokjes
150 gram gekookte witte bonen (bijvoorbeeld Limabonen)
zout en versgemalen zwarte peper

Nodig voor de pistou

flinke hand basilicum
2 tenen knoflook
scheut olijfolie

Verwarm de olijfolie zachtjes in een soep-pan en zweet knoflook en ui erin aan, tot ze zacht zijn. Voeg de bouillon toe en laat aan de kook komen. Voeg dan de sperziebonen toe en laat 5 minuten doorkoken. Voeg vervolgens broccoli en courgette toe en laat weer aan de kook komen. Voeg na 5 minuten koken de witte bonen toe en laat nog 5 minuten doorkoken. Breng de soep op smaak met zout en peper en roer nog een keer goed door.

Maak de pistou terwijl de soep kookt. Pureer alle ingrediënten voor de pistou. Dat gaat natuurlijk het makkelijkst met een keukenmachine of een stamper en een vijzel, maar met een beetje inventiviteit komt u op de camping ook een heel eind!

Verdeel de soep over de kommen en schep in elke kom soep een lepel pistou. Strooi er eventueel wat Parmezaanse kaas over. Eet de soep met bijvoorbeeld vers Turks brood.



Getest: De Moestuin

Biologische lunchgelegenheden getest door Sabine Horsting.



De Moestuin
Laan van Maarschalkerweerd 2
3585 LJ Utrecht
Tel. (030) 214 48 69
www.moestuinutrecht.nl
Openingstijden:
woensdag t/m vrijdag
van 12.00 – 17.00 uur
zaterdag en zondag
van 10.00 – 17.00 uur

DE TEST

Het lunchcafé van De Moestuin bestaat nog niet zo lang en de kaart is daarom vrij summier. Des te belangrijker dat wat erop staat echt lekker is. Dat kunnen we helaas niet zeggen van de minestrone-soep die we voorgezet kregen. Veel te lang doorgekookt en smakeloos. Gelukkig wordt dit goedgemaakt door de lekkere ciabatta's met biologische ham en mosterdmayonaise en geitenkaas met dadelchutney. Tip: vraag of u de chutney en mosterdmayonaise apart in een bakje geserveerd kunt krijgen in plaats van in het broodje geprakt. Dat is veel lekkerder. De cappuccino is redelijk. Niet erg sterk, maar de schuimlaag is precies goed. De perentaart is ronduit subliem. Een flinterdunne laag zanddeeg met daarop heerlijke, nog knapperige schijfjes peer.



BIOLOGISCH

De Moestuin werkt met biologische (streek)producten die voor een deel uit de eigen tuin komen. Alles, tot en met het koekje bij de koffie, wordt zelf gemaakt. Jammer genoeg staat hierover niets vermeld op de lunchkaart.

KINDVRIENDELIJKHEID

De Moestuin is bij uitstek een plek om met kinderen naartoe te gaan. Er is een speeltuin met een zandbak, klimtoren, schommels en skelters en een dierenweide met knuffelbare dieren. Ouders kunnen hun kinderen in de gaten houden vanaf het grote terras of boodschappen doen in de moestuinwinkel waar naast de oogst van de moestuin biologische producten zoals jam, honing en chutneys worden verkocht. Ook is het mogelijk er kinderfeestjes te houden.

Voor kinderen heeft De Moestuin een in vieren gesneden boterham met op elk stuk een ander soort beleg of een kindertaartje, een versierd cakeje, op de kaart staan. De dagspecialiteit is een krentenwentel: een wentelteefje van krentenbrood. Leuk, maar iets simpels als een tosti zou een goede aanvulling zijn.



BEREIKBAAR MET OPENBAAR VERVOER

Neem vanaf Utrecht Centraal Station bus 12 van de GVVU en stap uit bij halte Stadion. Of neem bus 40, 41 of 43 van Connexxion, stap dan uit bij halte Laan van Maarschalkerweerd. Steek de brug van de Kromme Rijn over. De eerste weg links is de ingang van de tuin.



Binnen en buiten

Ga bij voorkeur met mooi weer naar De Moestuin, als het grote terras met uitzicht op de mooie antieke kas en de speelweide open is. Binnen is het prima toeven, maar het blauwgrijze marmoleum en de houten stoelen en tafels zouden wel wat opgepimpt kunnen worden.

Het verhaal achter De Moestuin

De Moestuin Maarschalkerweerd ligt in een meander van de Kromme Rijn, net buiten Utrecht. Het is een bijzonder project dat met een biologische tuin, de moestuinwinkel en het lunchcafé dagbesteding biedt aan mensen met een grotere afstand tot de arbeidsmarkt.

Op de kaart

Koffie van Smit & Dorlas (vanaf € 1,80), thee van Simon Levelt, Yogi Tea's en in de zomer thee van verse kruiden uit eigen tuin (€ 1,70), biologisch-dynamische sapjes van Kavel 55 en biologische sapjes van Pajottenlander (vanaf € 1,80). Pajottenlander besteedt een deel van zijn winst aan sociale en ecologische projecten. Huisgemaakte perentaart, worteltaart, brownies en minicakejes (vanaf € 1,25). Bruine of witte ciabatta's belegd met ham of kaas (€ 4,80), quiche (€ 4,-), drie soorten soep (€ 3,-) en yoghurt met cruesli en honing uit eigen bijenkorf (€ 3,-). De Moestuin is nog niet echt ingespeeld op onverwachte drukte. Daardoor kunnen sommige lekkernijen op zijn.

Tip: het lunchcafé kan ook een high tea verzorgen (€ 17,50 per persoon). Vanaf 6 personen is reserveren noodzakelijk (minimaal 2 weken van tevoren).

**Gecontroleerd
biologisch**



daar kun je van op aan!

www.eko-keurmerk.nl



Panir, lekker nieuws

Panir, een heerlijke vleesvervanger...

- is een unieke kaassoort gemaakt van biologische melk en citroenzuur.
- smelt niet en kan worden gebakken, gefrituurd of gegrild.
- heeft een romige en neutrale smaak, kinderen zijn er gek op.
- is zuiver, voedzaam en makkelijk te bereiden.

Te koop bij uw natuurvoedingswinkel.
Zie ook www.panir.nl voor recepten.



organic • bio • organic • bio • organic • bio • organic



Onze trots

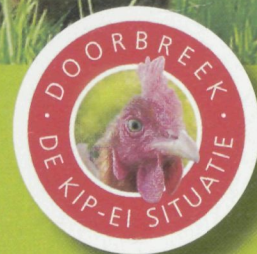


**De puurste pesto, gemaakt van de
lekkerste biologische ingrediënten.**

Te koop in natuurvoedingswinkels en speciaalzaken

www.terrasana.nl

Mijn Kip kan op mij rekenen!



www.adopteereenkip.nl

Welkom in de wereld van kwaliteit

Kokosolie van onze eigen plantage

De teelt en het verpakken gebeurt in eigen beheer onder strenge Europese eisen, op deze manier garanderen wij een optimale kwaliteit.

Waarom kokosolie?

- Geschikt voor wokken of bakken op hoge temperatuur
- Bevat geen transvetzuren
- Past in een vegetarisch, gluten- en lactosevrij dieet
- Meer energie en vermindert vetopslag
- Vermindert honger gevoel
- Ondersteunt het afweersysteem
- Voor een goede darmfunctie

Tip: gebruik kokosolie dagelijks voor de bereiding van uw maaltijden, kan ook als vervanging van boter.

Onze biologische kokosolie is zowel geurloos als koudgeperst (extra virgin) verkrijgbaar in 500 en 2220 ml.



Perfect Balance

Omega & more

Supergezonde oliemengeling

- 6,8 Gram omega-3 per 15 ml
- Plantaardige bron van omega-3 en 6
- Past uitstekend in een vegetarisch dieet
- De smaak is verrukkelijk



Vraag uw winkelier om een proefverpakking

Voor meer informatie: www.witsenburg.net T 071 3314631

59 woningen 'De Buitenkans' te Almere (NL)

Pavatex Pavatherm Plus achter lankdelen
Pavatex Diffutherm voorzien van Unger-Diffutherm stucwerk-systeem

De norm in natuurlijke isolatie

Daken, gevels, vloeren en HSB-elementen kunnen met PAVATEX houtvezelisolatie-platen snel en eenvoudig worden geïsoleerd. De natuurlijke en drukvaste PAVATEX houtvezelisolatieplaten bieden zowel bescherming tegen de kou als tegen de zomerhitte, hebben een uitstekende geluidsisolatie, zijn dampdiffusie-open en reguleren de vochtigheidsbalans. Het hele jaar door!

Voor meer informatie:
Pavatex Benelux b.v.
Telefoon: +31 (0)53 433 17 69
www.pavatex.nl

pavatex
Zwitserse houtvezelisolatieplaten
Materialen uit de natuur

Natuurlijk slapen



LAVITAL
persoonlijk en uniek

Lavital bouwt ecologische boxsprings die passen bij het natuurlijk functioneren van uw lichaam. Dit oer-Hollandse handgemaakte product is opgebouwd uit ökotex gecertificeerd paardenhaar, vlas, wol, kameelwol en biologisch katoen. Lavital, voor elke nacht zuiver en natuurlijk slapen.

Woon- en lifestyle centrum De Havenaer:
Ampèrestraat, 3861 NC Nijkerk, tel: 033 245 07 83

Lavital store en fabriek Zwaag:
De Corantijn 28a, 1689 AP Zwaag, tel: 0229 24 13 07

Lavital store Rijswijk:
Herenstraat 78a, 2282 CA Rijswijk, tel: 070 414 08 34

www.lavital.nl

Groente voor het mooi

De moestuinder heeft een streepje voor op de gewone consument die groente koopt in de winkel: hij of zij kan bijzondere specialiteiten rode groenten kweken die niet te koop zijn in de winkel. Rode spruitjes, bloemkool of basilicum zijn in opmars.

TEKST: MACHTELD KLEES

Vroeger was een moestuin een echte nutstuin. De hele wintervoorraad kwam eraf. Het onderscheid tussen moes- en siertuin vervaagt steeds meer. Bijzondere gewassen, gecombineerd met bloemen, worden steeds populairder. Een oogstrelende ontwikkeling vormen alle roodgekleurde groentevariëteiten.

Rode groente

De bekendste roodgekleurde groente is wel sla. De rode eikenbladsla Red Salad Bowl en gekrulde Lollo Rosso zijn in iedere supermarkt te koop, zeker in de zomer. In de moestuin zijn het ook fraaie slasoorten. Bovendien kun je telkens van de buitenste bladeren net zoveel plukken als je nodig hebt. Zo doe je lekker lang met een krop.

Toch zijn er steeds meer roodgekleurde groenten die je niet in de winkel ziet. Het is de moestuinder die het voorrecht heeft om deze specialiteiten te kweken. Snijbiet bijvoorbeeld is weinig te vinden in de winkels. Naast de gewone groene snijbiet bestaat er ook roodgekleurde, Vulkan. Het rode blad en de stengel zijn eetbaar. Na afsnijden loopt de plant weer uit en kunt u nogmaals oogsten.

Het purperrode stamsperzieboontje Purple Queen krijgt fraaie paarse bonen, over het groene blad ligt een roodpaarse waas. Bovendien is dit boontje minder koudegevoelig dan de andere sperziebonen. Helaas verdwijnt de paarse kleur van de boontjes tijdens het koken. Dat gebeurt bij veel groente. De paarse asperge Purple

Passion houdt z'n paarse kleur wel, mits kort gekookt. Al deze gekleurde groenten zijn fraai te combineren met bloemen uit de siertuin.

Kleurige kolen

De bekendste gekleurde kool is natuurlijk de rode kool. Het blauwpaarse, berijpte blad geeft de kool een schoonheid die zich goed met witte bloemen zoals gipskruid of prachtkaars laat combineren. Bloemkool is niet het gemakkelijkste gewas in de moestuin, maar met goed bewerkte, vochthoudende en vruchtbare grond moet het lukken. Twee bloemkolen zijn te mooi om op te eten: Romanesco met een oppervlak van geelgroene puntjes en de paarse Violet Queen. De rode spitskool Kalibos



Hoe komt blad aan z'n kleur?

Groen is de hoofdkleur van planten. Het groen ontstaat door het chlorofyl of bladgroen in de cel. Natuurlijk komen er veel meer kleuren voor. Denk maar aan bloemkleuren, roodgekleurd blad en natuurlijk de herfstkleuren met veel schakeringen tussen rood, geel en bruin. Voor al die kleuren zijn groepen kleurstoffen in de plantencel onmisbaar. Zo zorgen de carotenoiden voor de meeste tinten geel, oranje en helderrood.

Donkerrood, paars en blauw zijn afkomstig van de antho-cyaniden, een groep chemisch verwante stoffen die telkens een iets verschillende samenstelling hebben. Anthocyaniden zijn gevoelig voor de zuurgraad en verkleuren dan. Daar maken we gebruik van door bijvoorbeeld azijn of een appeltje toe te voegen aan rode kool. Van een paarsige substantie verandert de paninhoud in een smakelijk helderrode groente. Ook het kleuren

van hortensia's berust op een chemische truc. Wordt een blauwe plant roze, dan is de grond te kalkrijk (basisch). Door aluin (een mengsel van aluminiumsulfaat en kaliumsulfaat) toe te voegen wordt de grond zuurder en kleurt de plant weer blauw. Longkruid bloeit in het voorjaar. Als een bloem net opengaait is ze roze, daarna wordt ze blauw. Ook dit verschijnsel berust op een veranderende zuurgraad in de plantencel tijdens de bloei.

Herfstkleuren ontstaan als het bladgroen wordt afgebroken en de andere kleurstoffen in het blad de overhand krijgen. Allerhande tinten en schakeringen ontstaan doordat de kleurstoffen telkens een iets verschillende samenstelling hebben. Daarnaast zijn er natuurlijk nog de combinaties van kleurstoffen die maken dat het buiten zo'n bont kleurentapijt is.

ziet er heel exotisch uit terwijl het een oud ras is. Minstens zo verrassend zijn rode spruitjes, Rubine.

Van de gewone boerenkool bestaat ook al een rode variant, Redbor. De teelt is hetzelfde als bij de groene. Het schijnt dat koolwitjes Redbor links laten liggen (zodat deze soort geen last heeft van rupsen), maar de vraag is hoelang dat nog duurt als hij meer gekweekt wordt. Tot slot een kool die, net als Redbor, de winterse aanblik van de moestuin erg opsiert: palmkool. Deze stengelkool lijkt inderdaad wel wat op een palm, met een hoge, kale stengel en bovenin de lange smalle bladeren, dicht op elkaar. De palmkool Zwarte van Toscana heeft diepdonkergroen blad.

Rode basilicum

Een van de zomergenoegens is het zelf kweken van basilicum. Dat basilicum afkomstig is uit zuidelijker streken is goed te merken aan z'n gevoeligheid voor kou en nattigheid. In een slechte zomer wil de vollegrondsteelt daarom nog wel eens mislukken, temeer omdat slakken ook wel van een hapje basilicum houden. Gelukkig leent basilicum zich heel goed voor de teelt in bakken. Voordeel van bakken is dat de planten, bijvoorbeeld in voor- en najaar, van elk straaltje zon kunnen genieten als u ze verplaatst. Naast groene ba-



TE MOOI OM OP TE ETEN: BLOEMKOOL ROMANESCO.

silicum heb je diverse rode variëteiten die prachtig staan in bakken of potten tussen groene planten. De rode variëteiten Ararat en Opal doen qua geur beslist niet onder voor groene basilicum. Als je de plant 'topt', dat wil zeggen: de scheuten met bloemknoppen verwijdert, groeit de plant mooi vol uit met veel oogstbaar blad.

Gekleurde groente

Zaden van de hiervoor genoemde groenten (en nog veel meer) zijn onder andere te bestellen via www.vreeken.nl Een klein deel van het assortiment is biologisch geteeld.

TUINAGENDA

Tip: controleer altijd de websites op wijzigingen of bel van tevoren op.

31 mei en 1 juni:

Groninger groentedagen

Kwekerij de Kleine Plantage, Eenrum
Voor iedereen die meer wil weten over bijzonderheden in de moestuin.
Open van 10.00–17.00 uur; vrij entree.
Meer info: www.dekleineplantage.nl



Juli en augustus:

Zomerrondleidingen in Eco-park De Kleine Aarde

Elke zondag in juli en augustus van 14.00 tot 15.30 uur. Meer info: www.dekleineaarde.nl

20, 21 en 22 juni:

Kwekerijdagen Bingerden

Huis Bingerden ligt bij Angerlo, net buiten Doesburg. De kwekerijdagen hebben als thema 'Rozen in de Hoofdról'. Bekende kwekers, rondleidingen en lezingen. Meer info: www.bingerden.com

Zomeractiviteiten in de Botanische tuinen

Fort Hoofddijk, Utrecht:

1 juni – 1 december:

'Plant bijt hond', labels over vleesetende planten

In de zomer zijn er activiteiten rond dit thema, een speciale wandelroute en tentoonstelling.

1 juli – 1 september:

Tropisch Vlinderfestival

Speciale kas voor tropische vlinders. Een prima gelegenheid om vlinders in de meest schitterende kleuren van dichtbij te zien.

23 augustus:

Rotsplantenverkoopdag

De jaarlijkse verkoopdag door de Nederlandse Rotsplanten Vereniging. Natuurlijk met goede adviezen. Meer info: www.botanischetuinen.uu.nl



GROEN!

TUINTIPS VAN MACHTELD KLEES

Planten alsd

Een veelgemaakte misser in de tuin is jonge bomen en struiken te dicht op elkaar zetten. Al ziet zo'n kleine struik er bij het planten miezerig uit, na een paar jaar is het een geweldenaar. Samen met de andere bomen en struikjes van een paar jaar terug vormt het eens zo kleine struikje een oerwoud waar de zaag nodig aan te pas moet komen. Jammer, want met beter nadenken over de toekomstige grootte hoefde een aantal boompjes niet gekocht te worden. Om u een voorstelling te maken van de toekomstige grootte van boom of struik kunt u het beste eens in de buurt of in een wat oudere wijk rondkijken. Als u de bomen en struiken wat ruimer uit elkaar plant kunt u de lege plekken prima opvullen met eenjarige, uitbundige zomerbloemen.

Eenjarigen

Het is moeilijk om de verleidelijk uitgestalde bloeiende eenjarigen te weerstaan die voor een habbekrats bij de supermarkt te koop zijn. Helaas hebben deze fleurige bloemen ook minpuntjes. De teelt vergt veel kunstmest, chemische bestrijdingsmiddelen en transport. Vooral in het vroege voorjaar komt daar een behoorlijk energiegebruik bij, omdat de plantjes in kassen opgroeien. Natuurlijk verschilt dat per soort. Viooltjes bijvoorbeeld groeien en bloeien al bij een tamelijk lage temperatuur. Vanuit milieuoogpunt is zelf zaaien en opkweken veel gunstiger (zie het lentenummer van *De Kleine Aarde*). Bovendien is het leuk om te doen. Wilt u toch eenjarigen kopen, doe dat dan bij een goede kweker.

Eenjarigen zijn heel divers. Ze kunnen goed tijdelijk ingezet worden, en op veel soorten komen vlinders, hommels en bijen af.

Tweejarigen

Tweejarige planten groeien in het ene jaar, overwinteren en bloeien in het tweede jaar. Als je dat niet van tevoren weet, sta je lelijk te kijken. Het eerste jaar komen er geen bloemen, in het tweede jaar bloeit de plant volop en het derde jaar is er geen spoor van terug te vinden. Om die problemen vóór te zijn, kunt u het beste elk jaar twee generaties hebben, eerste- en tweedejaarsplanten. Overigens zijn er tweejarigen die het een paar jaar langer volhouden. Ze worden wel 'kortlevende' vaste planten genoemd. Vingerhoedskruid en zwarte toorts zijn hier voorbeelden van.

Duurzaamheid heeft ook te maken met hoe we met onze spullen omgaan. Zorgvuldigheid verlengt de levensduur niet alleen van voorwerpen, maar ook van planten in de tuin. Planmatig te werk gaan, planten de tijd geven om volgroeid te raken, de juiste plant op de juiste plek – dat zijn simpele maar doeltreffende maatregelen om duurzaam met de planten, de 'software' in de tuin, om te gaan. Duurzaam en nog goedkoop ook!

duurzame software in de tuin

Scheuren, die planten!

Voor een mooie kleurige border kunt u kiezen uit een enorm assortiment vaste planten, voor elke denkbare standplaats. Als de groeiomstandigheden goed zijn, gaan ze lang mee. Toch gaan ze vaak na een aantal jaren achteruit. Ze breiden zich opzij uit, maar in het midden ontbreekt het aan vitaliteit. Dan wordt het tijd om te verjongen door middel van scheuren. September is een heel geschikte maand, dan is het weer niet te droog. Vóór de winter kunnen de planten weer wortelen. Als de plant in de herfst bloeit, scheur 'm dan in het voorjaar. Rooi de vaste plant op, steek met een spa stukken van de zijkant (voorzien van wortels en een paar scheuten) en gooi het oude middendeel weg. Plant de stukken opnieuw.

Overwinteringsplekjes

Natuurlijk is het 't beste als alle planten in de tuin winterhard zijn en het volgend jaar weer tevoorschijn komen. Maar iedereen valt wel eens voor een mooie agapanthus, fuchsia of voor dahlia's. Op dat moment hebt u er een troetelkind bij dat bij de eerste nachtvorst naar binnen moet. Een geschikte overwinteringsplek is koel, vorstvrij en met veel licht maar weinig direct zonlicht. In moderne, goedgeïsoleerde huizen is het al gauw te warm. In een ouder huis is een onverwarmde kamer op het oosten of noorden goed. Geef spaarzaam water zodat de planten niet verdrogen, maar niet teveel groeien. Zolang het zacht weer is, kunnen de planten het beste buiten blijven. Ook kunnen er stekken van genomen worden, zoals bij de fuchsia en pelargonium. Dahlia's en andere vorstgevoelige zomerbollen en -knollen, zijn relatief makkelijk



te verzorgen. Rooi ze op voor de eerste nachtvorst, schud de aarde eraf en laat ze eventueel wat drogen. Daarna mogen ze in een kistje met turfstrooisel vorstvrij overwinteren. De kunst is om ze droog te houden, maar niet te laten uitdrogen. Te veel vocht levert schimmel op. Controleer ze af en toe, want muizenvraat ligt ook op de loer.

Opbinden

Met het opbinden van planten ben je gauw te laat. De eerste herfststorm met regenbuien komt altijd te vroeg. Als je dan de platgeslagen planten moet opbinden, ziet het er raar en onnatuurlijk uit. Gelukkig trekken ze meestal wel weer bij, maar eerder beginnen is handiger. Van drie takken snoeihout en een stevige ijzerdraad is een simpele houder te maken waar de plant doorheen groeit. Als de plant groter wordt, kunt u de procedure herhalen met drie langere takken. Hoog opgroeiende planten zoals stokroos of zonnebloem kunnen indien nodig een lange tak snoeihout krijgen waaraan ze worden vastgebonden. Ook kan zo'n tak in het midden tussen een paar planten gezet worden. Met ieder een eigen touwtje kunnen verschillende planten opgebonden worden. Om een pad vrij te houden van ver overhangende planten kunt u een touw op ongeveer 30 cm hoogte naast het pad spannen. Vaak blijven afgedankte touwtjes aan de steun of plant zitten. Touw van natuurlijk materiaal verteert, maar kunststof blijft rondslingeren. Geschikt en onopvallend bindtouw is hennetouw (te herkennen aan de vezels) en raffia.

Plannen in de zomer

In de zomer kun je je niet voorstellen dat de tuin in de winter kaal is. Omgekeerd ziet een winterse tuin eruit alsof er plek genoeg is voor alle planten. Daarom is het handig om in de zomer plannen te maken, te noteren wat er moet veranderen en de betreffende gedeelten of planten te markeren. Soms moet dat al bijtijds gebeuren – het loof van de sneeuwkllokjes en andere voorjaarsbollen is bijvoorbeeld al vroeg verdwenen. Onopvallend markeren kan door een stuk snoeihout in de grond te steken, eventueel met een houten knijper eraan vast waarop met een watervaste stift de naam van de bol of plant wordt geschreven. Een goed geheugensteuntje vormen foto's. Maak ook een lijstje van bomen en struiken die een snoeibeurt nodig hebben. De beste tijd om te snoeien voor bomen en struiken die bloeden is vóór de kerstdagen, andere soorten kunnen tot in februari gesnoeid worden. Let op: bij zacht weer komt de sapstroom al vroeg op gang. 's Winters snoeien heeft als bijkomend voordeel dat er geen blad aan de bomen en struiken zit waardoor de vorm goed te zien is. Probeer bijtijds te snoeien. Een boom die door ondeskundig of te laat snoeien z'n vorm kwijtraakte, is moeilijk te herstellen.



Tip:

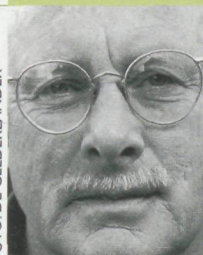
In Velp ligt kwekerij Overhagen. Deze kwekerij kweekt zelf een fraai assortiment aan eenjarigen op, voor een groot deel in terracotta potten. Daarnaast is er in de zomer een grote pluktuin met wel 80 soorten snijbloemen waar u zelf een boeket kunt samenstellen.

Meer informatie: www.overhagen.nl of tel. (026) 362 08 84.

COLUMN

ROMKE VAN DE KAA

FOTO: DE GELDERLANDER



Auteur en
ex-kweker

Een feest voor insecten

Waarom moeten groenten eigenlijk in een groentetuin? Is dat geen discriminatie? Ik weet het: vroeger had je een moestuin die meestal van de siertuin was gescheiden door een laag hegje met daarin een hek van de siertuin. Maar ja, om te beginnen heeft bijna niemand meer tijd om er een aparte moestuin op na te houden en daarnaast ontbreekt daarvoor – zeker in nieuwbouwwijken – de ruimte. Daarom is er veel voor te zeggen om groenten en sierplanten door elkaar te planten.

En geef toe: veel groenten zijn zeker zo mooi als sierplanten. De felgekleurde bladnerven van snijbiet en het wazige groen van asperges steken borderplanten als asters en floxen naar de kroon. De artisjok is als bloemknop heerlijk op je bord, maar een spectaculairder bloem valt er niet te bedenken. Plant er verscheidene – een paar om op te eten en de rest om naar te kijken. En voor de insecten, want bloeiende artisjokken zijn een feest voor vlinders, bijen en hommels. Die politiek – een deel voor jezelf en een deel voor de insecten – zou u met meer groenten kunnen toepassen.

Pastinaken zijn lekker om te eten, maar laat u de planten doorschieten dan vormen ze manskogel stengels bekroond met grote gele schermen. Die zitten vaak vol met orangerode kevers die soldaatjes heten. Ook

de goudgele margrietten van bloeiende schorseneren zijn bij insecten in trek. Schorseneren zijn een beetje in de vergetelheid geraakt, maar beleven de laatste jaren gelukkig een bescheiden comeback. Het is grappig om te zien hoe een plant die vroeger volksvoedsel was nu is geëvolueerd tot delicatessen in driesterrenrestaurants. 'Keukenmeidenverdriet' heette de schorseneer toen hij nog algemeen gegeten werd, vanwege de plakkerige substantie waarmee je vingers bij het schillen van de schorseneer overdekt raakten. Dat gebeurt trouwens nog steeds; het schillen van schorseneren is geen pretje. Maar de oplossing is eenvoudig: kook de schorseneer eerst en stroop daarna met het grootste gemak de schil eraf. U brandt misschien uw vingers, maar uw handen blijven schoon.

Daglicht op elke gewenste plek!

Met het Solatube® daglichtsysteem haalt u het zonnetje in huis. Het principe is gebaseerd op optimale reflectie van 99,7%, met als resultaat: maximale lichtopbrengst. Solatube® daglichtsystemen zijn bovendien eenvoudig te monteren op elk dak, is energiebesparend en milieuvriendelijk. Voor een vrijblijvend advies kunt u contact opnemen met premier dealer:

**POWER
DAYLIGHT**

De heer S. van Balen
info@powerdaylight.nl
Mob: 06 - 10 83 37 03



SOLATUBE
Innovation in Daylighting™

Groene handen?

Maak kennis met

moestuin
Vrijtijdsblad voor eigentijds moestuinieren



12 Nummers per jaar voor slechts € 14,95

Meldt u aan voor een abonnement op
www.14-95.eu of bel (078) 65 22 700

EKOGRAS
DAKBEGROEIING



Tel. 0418 - 512927 - Fax 0418- 515 277

www.ekogras.com

Tevens leverbaar als
DOE-HET-ZELF pakket

Tierrafino



Vuur

Lucht

Water

Natuurlijk Leem-verven en Leem-stucco's - www.tierrafino.nl - info@tierrafino.nl

EM: EFFECTIEVE MICRO-ORGANISMEN

Méér dan goede bacteriën alleen!



Nieuw:
Het boek waar aan de hand
van vele voorbeelden
de werking van EM
wordt uitgelegd.

Bestel nu via
info@em-natuurlijk-actief.com
of
0561 430 824

EM

www.emna.eu



winkels voor natuurlijk wonen

Atrium daalseweg 109 nijmegen tel: 024-323 45 41
Atrium wielakkerstraat 14 arnhem tel: 026-351 02 04
Vanbinnen mariniersweg 1 rotterdamtel: 010-240 93 79

www.debundel.com

Een natuurrijke tuin klinkt geweldig, maar hoe werkt de natuur eigenlijk? Wordt de tuin een wildernis als je het natuurlijk aanpakt? Katja Hansma begon met de aanleg van een natuurrijke tuin. Voor inspiratie en advies interviewt zij een medewerker van De Kleine Aarde.

TEKST: KATJA HANSMA

Dieren in de tuin

Als er dieren in de tuin zijn, vinden we dat vaak toeval. Ze zitten er 'gewoon'. En als we ze niet zien, zijn ze 'gewoon' weg. We realiseren ons niet dat een tuin voor een aantal dieren hun leefgebied is. Een heleboel tuinen bij elkaar, in één buurt, lijkt wel een beetje op een natuurgebied. Dieren vinden er van alles om te eten en plekken om te schuilen. We kunnen ze daar goed bij helpen. In de eerste plaats moeten we niet te 'netjes' zijn met onze tuin...

Geen pier in de grond

Een paar jaar geleden zaten mijn vriend en ik op een warme zomeravond buiten, in de tuin bij mijn vorige huis. In de schemer scharrelde er onverwacht een egel langs het terras. Verbaasd keken we het diertje na. Waar kwam die nu vandaan, vroegen we ons af. En wat had een egel nu in onze tuin te zoeken? Twee jaar geleden begon ik bij mijn nieuwe huis met de inrichting van een natuurrijke tuin. De vorige eigenaars hadden die keurig aangeharkt achtergelaten. In zo'n strakke tuin viel eigenlijk weinig te beleven. Tot onze verbazing zat er bovendien nog

geen pier in de grond. Als groentje kon ik dat ook niet verklaren. Bij het Eco-park van De Kleine Aarde stel ik de vraag: hoe krijg ik dieren in mijn tuin, en willen zij mijn tuin wel?

Natuurlijke vijanden

Ben van Dieren, tuinman bij De Kleine Aarde, begint bij de basis: "Dieren zoeken voedsel, een plek om te nestelen en water om te drinken en zich mee te wassen. Dat vinden ze soms ook in tuinen. Probleem is vaak dat we de tuin te goed afkaderen, met schuttingen tot op de bodem. Als je de onderste plank van schuttingen afhaalt, kunnen egels en muizen er onderdoor naar de volgende tuin. Zo wordt een wijk een natuurgebied.

Insecten zoals vlinders en bijen komen op bloeiende bloemen af en drinken de nectar. Stufmeel blijft aan hun vleugels plakken, die leveren ze op de volgende plant weer af. Zo zorgen zij voor de bevruchting van planten. Vlinders zijn heerlijk om te bekijken met hun prachtige kleuren en vederlicht gedartel. Op een warme zonnige dag, als je in de tuin bent, is dat echt genieten. De insecten die op bloemen afkomen, trekken

weer vogels aan. De vogels helpen je weer van teveel vliegen af. Ze eten graag zaden van uitgebloeide planten. In een boom of heg met mooie bessen vinden ze veel te eten. Als ze bessen en zaden laten vallen, is dat weer handig voor muizen en egels. De vogels helpen met de verspreiding van de zaden. Ze poepen pitten van vruchten verderop weer uit.

Dieren zijn natuurlijke vijanden van insecten die een plaag kunnen worden in je tuin. Lieveheersbeestjes bijvoorbeeld eten horden bladluizen. Egels scharrelen tussen je planten en eten slakken op. Dieren zijn onderdeel van de natuurlijke cyclus van groei, bloei en verval. Als je natuurlijke processen in je tuin wilt, horen dieren erbij."

Anders denken

Als groentje kun je raar denken over dieren in je tuin: sommige dieren zijn leuk, andere zijn eng of vies. Muizen komen misschien wel in huis, insecten steken of zoemen altijd, vogels zoals duiven schijten maar op je hoofd en tuinmeubels, en wormen en slangen zijn eng. In ons nette land zijn wel meer mensen een beetje dieren-wereldvreemd, misschien omdat we maar weinig dieren

zien. In een woonwijk lopen de meeste dieren die boven het gras uitsteken aan een lijntje, of ze leven achter een hek. Wilde dieren wonen vooral in reservaten. De rol en het nut van dieren is wel eens zoek. In een natuurlijke omgeving houden dieren elkaars aantallen in balans.

In een tuin kun je selectief te werk gaan. Zorg ervoor dat wat dieren zoeken niet te dicht bij het huis is. In moderne huizen kunnen dieren zoals muizen trouwens nauwelijks meer binnenkomen. Die zijn meestal te goed geïsoleerd. Slangen zul je eigenlijk niet tegenkomen in tuinen. Een ringslang bijvoorbeeld wil een vochtige en warme plek, in de buurt van water. Dat kan in een composthoop zijn. Maar dat moet dan al echt een oude hoop zijn met hoge temperatuur, een zogenoemde broedhoop.

Aantrekkelijke tuin voor dieren

Ben pleit voor veel variatie in de begroeiing. "Kies bomen en struiken van verschillende hoogte, veel bloeiende planten en bodembedekkers. Ruim afgefallen blad niet op, ook niet in de winter. Je kunt wel wat stengels wegnippen, maar laat vooral holle stengels



Tuindieren

De meestvoorkomende dieren in de tuin zijn vogels, vlinders, egels, vleermuizen en kleine soorten zoals muizen en salamanders. Natuurlijk zijn er ook insecten, bijen en bodemdierpjes zoals pieren en torren. In de buurt van een bos of park kun je eekhoorns in tuinen zien.

over en uitgebloeide bloemen waar zaden aanzitten. Daar eten muizen en vogels 's winters van. Pieren, torren en schimmels zetten het grove plantaafval en de bladeren weer om tot een laag vruchtbare aarde. Vogels scharrelen tussen de bladlaag naar

deze beestjes. Ook egels rommelen over de bodem op zoek naar diertjes, halfrot fruit en zaden. Maak ergens in de tuin een rommelhoekje met een hoop takken en bladeren. Dat is een ideale schuilplek voor egels. Ook onder een dikke heg die tot op de bodem groeit, schuilen egels graag. De Engelse naam voor egel is zelfs: *hedgehog*. Een heg met stekels biedt ook veel beschutting voor vogels. Poeslief zal daar niet graag op jacht gaan. Heb je geen ruimte voor een boom, plant dan klimplanten tegen muren en schuttingen. De kamperfoelie bijvoorbeeld trekt nachtvlinders aan. Dit zijn weer lekkere hapjes voor vleermuizen. Vleermuizen eten ook graag (voor ons lastige) muggen. 'Doe maar een wolk', zouden ze kunnen zeggen. Vleermuizen zoeken een schuilplaats onder dakpannen, in een holle boom of tussen boomstammetjes. Ze zitten ook wel in grote, dichte naaldbomen. Heb je ruimte voor water, dan maken veel dieren daar dankbaar gebruik van. Vogels komen drinken en een spetterbad nemen. Een vijver met schuin aflopende kanten is ideaal. Kikkers en salamanders kunnen daar gemakkelijk in en uit."



ZELF DOEN: Dierenplekken maken



Vlinders

Nodig: zonnige plek in de tuin en eenjarigenzaad

Zaai voor vlinders op een zonnige plek eenjarigenzaad. Dit sterke zaad bloeit vaak prachtig in vele kleuren. Kies liever niet het zaad van dubbelbloemigen. Dit is een gecultiveerde bloem die nauwelijks of geen nectar geeft.

Wilt u geen rupsen in de planten? Zet dan in een pot of hoekje van de tuin een paar brandnetels. Die zijn een geliefde kraamkamer voor rupsen en vlinders.

Stapelmurtje

Nodig: restpartij klinkers, keien, eventueel lege flessen, oude dakpannen, terracotta plantenpotten, cement, compost en mos.

In een stapelmurtje vol holletjes en gaten en mos vinden kleine dieren een thuis. Denk maar aan padden, pissebedden, spinnen en hagedissen. Op donkere, vochtige plekken vinden zij voedsel en rust om te wonen. Op de stenen vinden ze plekje om te zonnen. Insecten en andere kleine dieren trekken weer vogels en egels aan.

Maak eerst een plan op papier. U kunt delen



versteven met cement, maar dan moet u van tevoren weten hoeveel u daarvoor nodig hebt. Maak dan een stapel van alle materialen, het geeft niet dat er gaten en kieren zijn. Dat is juist nodig! Enkele gaten vult u met wat compost, of een handvol schapenwol, kippenveertjes of hondenhaar.

Boomschijven voor bijen

Nodig: doorgezaagde boomstronken en een handboor met verschillende dikte boortjes
Solitaire bijen en metselbijtjes zoeken holletjes in bomen voor het maken van hun nestje. Dit is leuk om te bekijken. U kunt de bijen helpen. Neem een paar boomschijven en boor met een handboor gaten van verschillende diktes. Maak ze zo diep als de boor kan komen. Leg de schijf op een zonnige plek, bijvoorbeeld boven op het gemetselde stapelmurtje. In de gaatjes leggen bijen hun eieren.



EEN VERZAMELING BIJEENGEBONDEN BAMBOESTOKJES
VORMT OOK EEN PRIMA INSECTENHOTEL.

Waterplek

Nodig: zwarte cementbak en een schep
Een eenvoudige waterplek maakt u door een zwarte cementton in te graven in de tuin. Leg wel een plank of dikke tak in de ton. Dieren die erin vallen, kunnen er zo ook weer uit.



Vogelhuisjes

Bij het Eco-café van De Kleine Aarde te Boxtel zijn verschillende vogelhuisjes te koop. De grootte van de ingang bepaalt voor welke vogels de kast het meest geschikt is. Er zijn ook vlinderpotten die op een soort heksenmuts lijken.

Meer informatie:

Over nestkastjes: Eco-café De Kleine Aarde

Over planten voor vlinders:

www.vlinderstichting.nl

Over planten en waterplekken voor vogels:

www.vogelbescherming.nl



De OPWINDENDE ENERGIE VAN FREEPLAY

Freeplay zaklantaarns en radio's gaan een leven lang mee. Oplaadbaar met de hand, via de zon of via het lichtnet.



sherpa
zaklamp



summit
multibandradio



eyemax radio
met led

Alle producten zijn spatwaterdicht en uitgerust met het hoogwaardige freeplay oplaadsysteem.

NU TOT 31 augustus franco thuis
met **GRATIS** batterijenlader op zonne-energie
te bestellen bij Gizmolink Nederland:
(0516) 47 12 02 info@gizmolink.nl

FREEPLAY een vriend voor het leven
Voor meer info: **WWW.GIZMOLINK.NL**

www.ecotex.nl

Kleding en accessoires
van biologische katoen,
wol, zijde, hennep en
washi

e-mail: info@ecotex.nl
telefoon: 0475-334073
of: 0623-927679

Kom
en
vier
het
leven



Ecolonie

www.ecolonie.org

- **Eigentijds Zomer College**
www.eigentijdszomercollege.nl
- **Roots of Rhythm**
www.roots-of-rhythmfestival.nl

AURO

NATUURVERVEN

Website: www.auro.nl

E-mail: info@farvocolor.com

T. 0511 42 56 28

F. 0511 42 13 96

Moarrewei 22

9104 LA Damwoude

sta op natuur

Auro producten worden mede mogelijk gemaakt door zonlicht, natuurlijke grondstoffen, inzet en enthousiasme van de makers en leveranciers.

Familienhotel/ Hüttenberg

Braunwald

www.hotelhuettenberg.ch

Een huiselijk familiehôtel voor de actieve
vakantieganger midden in een veelzijdig
wandelgebied in de Zwitserse Alpen.

betaalbaar - gezellig - rookvrij

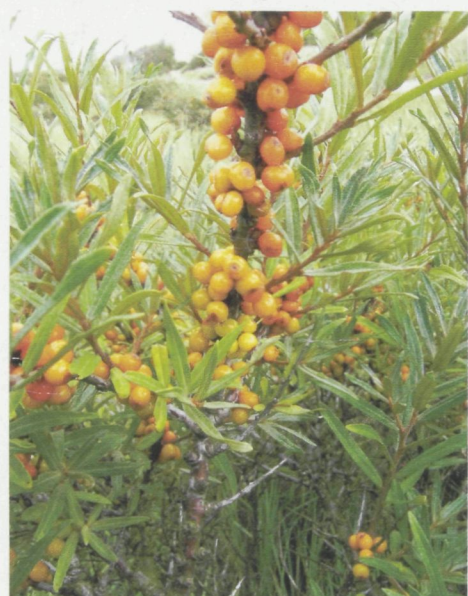
volpension va. € 42,-
speciale kinderprijzen

Koert & Martje Zoetmulder
Hotel Hüttenberg
8784 Braunwald
Zwitserland
0041 55 643 3244
mail@hotelhuettenberg.ch



In Groene banen

WANDELEN MET FLIP VAN DOORN



KLIMAATOPLOSSINGEN OM DE HOEK

Duinstruinen rond de Zeetoren

Opgespoten land aan de voet van de duinen van Hoek van Holland ontwikkelde zich binnen dertig jaar tot een verrassend natuurgebied. Het klimaatcafé in de Zeetoren is een perfecte uitvalsbasis voor een struintocht door de duinvalleien, en een uitgelezen plek om de klimaatdiscussie te voeren.

TEKST EN FOTO'S: FLIP VAN DOORN

ILLUSTRATIE: ROLF WEIJBURG

Als Holland een schaakbord zou zijn, dan stond de Zeetoren waar hij hoort; op de hoek. Het wat norse gebouw aan de westelijke rand van Hoek van Holland heeft een strategische positie. Die had oorspronkelijk alles te maken met de militaire functie van de toren. Nu staat hij symbool voor de strijd tegen de gevolgen van de klimaatverandering. Tegelijkertijd is de Zeetoren een baken voor iedereen die door het aangrenzende duingebied wil struinen. Want hoe belangrijk het ook is de grote milieuvraagstukken aan te pakken, de kleinschalige natuur vraagt terecht ook aandacht.

Klimaatcafé

Een stevige wind lijkt de Zeetoren van zijn fundament te willen rukken. Tevergeefs: al meer dan zestig jaar houdt de toren de wacht op het duin. Gebouwd als Duitse radarpost tijdens de Tweede Wereldoorlog, is hij nu begonnen aan een nieuwe carrière als natuurinformatiecentrum, klimaatcafé, ontmoetingsplaats en vergaderruimte. Vanaf het dak kijken bezoekers uit over de Noordzee en de duinen, over de Nieuwe Waterweg en het Rotterdams havengebied, over het Westland en de Maasvlakte. Aan de horizon reikt de hoogbouw van Rotterdam, Delft en Den Haag naar de hemel. "Dit is een uitgelezen plek om de discussie over het veranderende klimaat te voeren", vindt Rogier Bleys. Vanaf het dak van 'zijn' Zeetoren wijst de bedrijfsleider de plekken aan die in de klimaatdiscussie een rol spelen. "Een eindje naar het noorden, bij Ter Heijde, ligt een van de zwakste plekken in de Nederlandse kustlijn. Daarachter het Westland, dat steeds verder wegzakt en grote problemen heeft met de waterafvoer.



'Dit is een uitgelezen plek om de discussie over het veranderende klimaat te voeren'

Aan onze voeten ligt een schitterend duinreservaat, een eindje verder wordt de kustlijn opgespoten en komen er nieuwe duinen. Ten zuiden van de toren loopt de Nieuwe Waterweg, een kwetsbare open verbinding tussen de zee en het havengebied dat steeds verder uitdijt. In de verte gaan de contouren van de Tweede Maasvlakte zich aftekenen. Wanneer de zeespiegel stijgt heeft dat voor al deze plekken gevolgen. De ingrediënten voor de discussie liggen voor het oprapen."

Positief beeld

In november vorig jaar opende de Zeetoren zijn deuren voor het publiek. "We hopen dat het een broedplaats wordt", zegt Bleys, "een inspirerende plek waar mensen op ideeën komen die een oplossing bieden voor de klimaatverandering. Waar vergaderingen, ontmoetingen en brainstormsessies tot nieuwe inzichten leiden. We willen zelf een voorbeeld geven. Dit is een van de meest winderige plekken van Nederland, een windstille dag is echt een uitzondering. Tegelijk is het een van de plekken met de meeste zonuren van het land. Van die omstandigheden gaan we gebruik maken. Het streven is om het gebouw klimaatneutraal te laten draaien – we willen voorzien in de eigen energiebehoefte. We hebben er vanaf het begin voor gekozen alleen gebruik te maken van elektriciteit, ook in de keuken. We krijgen zonnepanelen, een windmolen, op de parkeerplaats komen lantaarnpalen die op led-verlichting werken, gevoed door zonnepanelen. We koken biologisch, werken met streekproducten en we krijgen een fitnessruimte waar bezoekers de energie voor de bereiding van hun eigen kopje koffie bij elkaar kunnen fietsen." Bleys wil af van de doemscenario's. "Nu ligt de nadruk erop dat Nederland over vijftig jaar misschien wel onder water zal staan, dat we dan allemaal moeten rennen voor ons leven. Wij willen de kansen laten zien die klimaatverandering biedt, de manieren om ermee om te gaan. Drijvende kassen in het Westland, drijvende woningen, het creëren van overstromingsgebieden, noem maar op. Je zou een fjordenstructuur aan kunnen brengen in de Nederlandse kustlijn; wie weet wat de discussie allemaal zal opleveren. We willen steeds nieuwe experimenten opzetten, exposities inrichten

en excursies organiseren. De mens is altijd creatief geweest en heeft zich aan veranderingen kunnen aanpassen. Als je een positief beeld schetst zijn mensen eerder geneigd in actie te komen dan wanneer er alleen maar doemscenario's liggen. En wie daarbij een lekkere kop koffie kan drinken en goed kan eten, is misschien nog ontvankelijker voor die boodschap."

Vochtige duinvalleien

Pal naast de Zeetoren staat vloedpaal nummer 117. Met zijn verweerde kop markeert de paal de vroegere kustlijn, de duinenrij waar Holland eens ophield. In 1972 is aan zijn voet de Van Dixhoorndriehoek opgespoten; een puzzelstukje nieuwe kust dat tegen de oude kustlijn aan geplakt ligt. Badgasten trekken over asfaltwegen dwars door het natuurgebied naar het strand, zonder oog te hebben voor de ongewone schoonheid om hen heen. De tientallen kleine zandpaadjes die deze Nieuwe Duinvallei dooraderen, maken er voor Roeland Vermeulen juist een dankbaar excursiedoel van. Voor ARK Natuurontwikkeling organiseert hij struintochten, zijn uitvalsbasis is de Zeetoren. "We laten deelnemers aan de struintochten kennismaken met de natte natuur en de bijzondere vegetatie", vertelt Vermeulen. Zijn enthousiasme over het benijdenswaardige werkterrein is aanstekelijk. "De driehoek is onderdeel van de Kapittelduinen, een kuststrook tussen Monster en Hoek van Holland die de status heeft van staatsnatuurmonument. Bij de aanleg van de Nieuwe Duinvallei zijn helmgras en struiken aangeplant en is teelaarde aangebracht om ervoor te zorgen dat jonge vegetatie verstuiwing voorkomt. In

de loop van de jaren is die vruchtbare aarde naar de laaggelegen delen gespoeld, wat een heel interessante plantengroei opleverde. Daarbuiten biedt de schrale zandgrond juist weer plaats aan zeldzame duinvegetatie." Vermeulen volgt een konijnenpadje over de duintoppen, houdt even stil en wijst in de verte. "Als we niets doen, groeit alles dicht met duindoorn en braamstruiken. In de winter zouden we daarom in de duinen graag Schotse hooglanders laten grazen. Die zorgen ervoor dat het gebied open en toegankelijk blijft; voor de mens, maar vooral voor zeldzame soorten. Een zandhagedis is bijvoorbeeld afhankelijk van zanderige grond waar hij zijn holletjes in kan bouwen en kan jagen. Maar ook voor kwetsbare planten is het belangrijk dat de boel niet dichtgroeit." Aan de oever van een duinvenetje wijst Vermeulen ze een voor een aan. "Parnassia, herfstbitterling, strandduizendguldenkruid, geelhartje; dergelijke soorten zijn afhankelijk van lage vegetatie waar-tussen ze de ruimte krijgen om te groeien."

Mangrove

Even verder slaat hij een modderig padje in dat uitkomt bij een andere poel. "De wilgen zijn zich hier als mangrovebos gaan gedragen: aan de rand van de poel komen hun wortels bij een lage waterstand bloot te liggen. Het lijkt net een uiterwaard van een rivier, maar dan op een goede honderd meter uit de kust. Normaal is de grond in een duingebied heel schraal, maar dit is juist rijke grond omdat die vruchtbare aarde hierheen is gespoeld. Er is in deze duinen geen drinkwaterwinning, de grondwaterspiegel is hoog en in de winter is het heel drassig." Het geeft een vervreemdend effect. Langs het pad bloeien irissen en lisdodden, riet schiet op, zelfs de moeraswespenorchis komt hier voor. In de verte ruist de branding. Hoe klein de Nieuwe Duinvallei ook is, hij herbergt een aantal bijzondere ecosystemen die in al hun diversiteit vlak naast elkaar bestaan.

Tijdens het struinen is de Zeetoren steeds een baken op het duin. Wie de toren achter zich houdt en het strand aan de rechterhand, komt vanzelf aan de andere kant het duingebied uit. Daar wachten het brede strand van Hoek van Holland, de branding en de strekdam die zeeschepen uitgeleide doet. Onwillekeurig dringt de vraag zich op hoe breed dit strand over een jaar of veertig zal zijn, hoe de Nederlandse kust er dan uit zal zien. Zou de branding dan tot aan de voet van de Zeetoren reiken, of zou op deze plek voor het eerst een briljante oplossing voor de gevolgen van de zeespiegelstijging zijn gevonden?

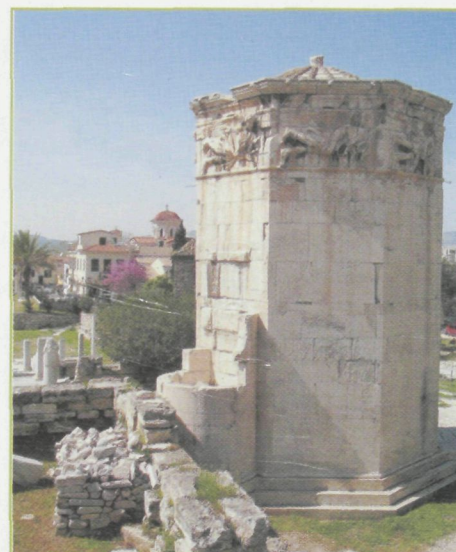


FOTO: WOUTER BEUGELING

De Toren der Winden

Aan de voet van de Akropolis in Athene staat de Aérides. Deze 'Toren der Winden' was een van de eerste weerstations ter wereld, voorzien van een windvaan, een waterklok en zonnewijzers. Rond het jaar 80 voor Christus bouwden de Grieken de achtkantige toren. Reliëfs van de windgoden sieren de zijden. Hoe bizar het misschien ook klinkt; toen de nazi's tijdens de Tweede Wereldoorlog een kustverdedigingslinie aanlegden, lieten ze zich inspireren door de oude Grieken. Voor zoiets banaals als een betonnen radarpost aan hun Atlantikwall namen ze de Toren der Winden als uitgangspunt. De Zeetoren van Hoek van Holland werd twaalf meter hoog en acht meter breed. De acht zijden staan naar de windrichtingen gekeerd, net als bij zijn evenknie in Athene. Na de oorlog nam Rijkswaterstaat de toren in gebruik als observatiepost en richtte het KNMI er een weerstation in. Later kreeg de toren een mantel van baksteen, een brede kop en een paar bijgebouwen. De toren stond al een paar jaar leeg toen ARK Natuurontwikkeling zich erover ontfermde.

ARK Natuurontwikkeling

'Struinnatuur' en 'nieuwe wildernis' hebben hun populariteit in belangrijke mate te danken aan ARK Natuurontwikkeling. Deze stichting beheert natuurgebieden, voornamelijk in het rivierengebied, en doet dat juist door menselijk ingrijpen tot een minimum te beperken. Recreatie en voorlichting zijn belangrijke schakels in het natuurbeheer volgens ARK. Na het Wilderniscafé in Kekerdom, in de Gelderse Poort, en bezoekerscentrum de Hompesche Molen in Stevensweert, is de Zeetoren de derde pleisterplaats waar ARK natuur en publiek met elkaar in contact brengt.

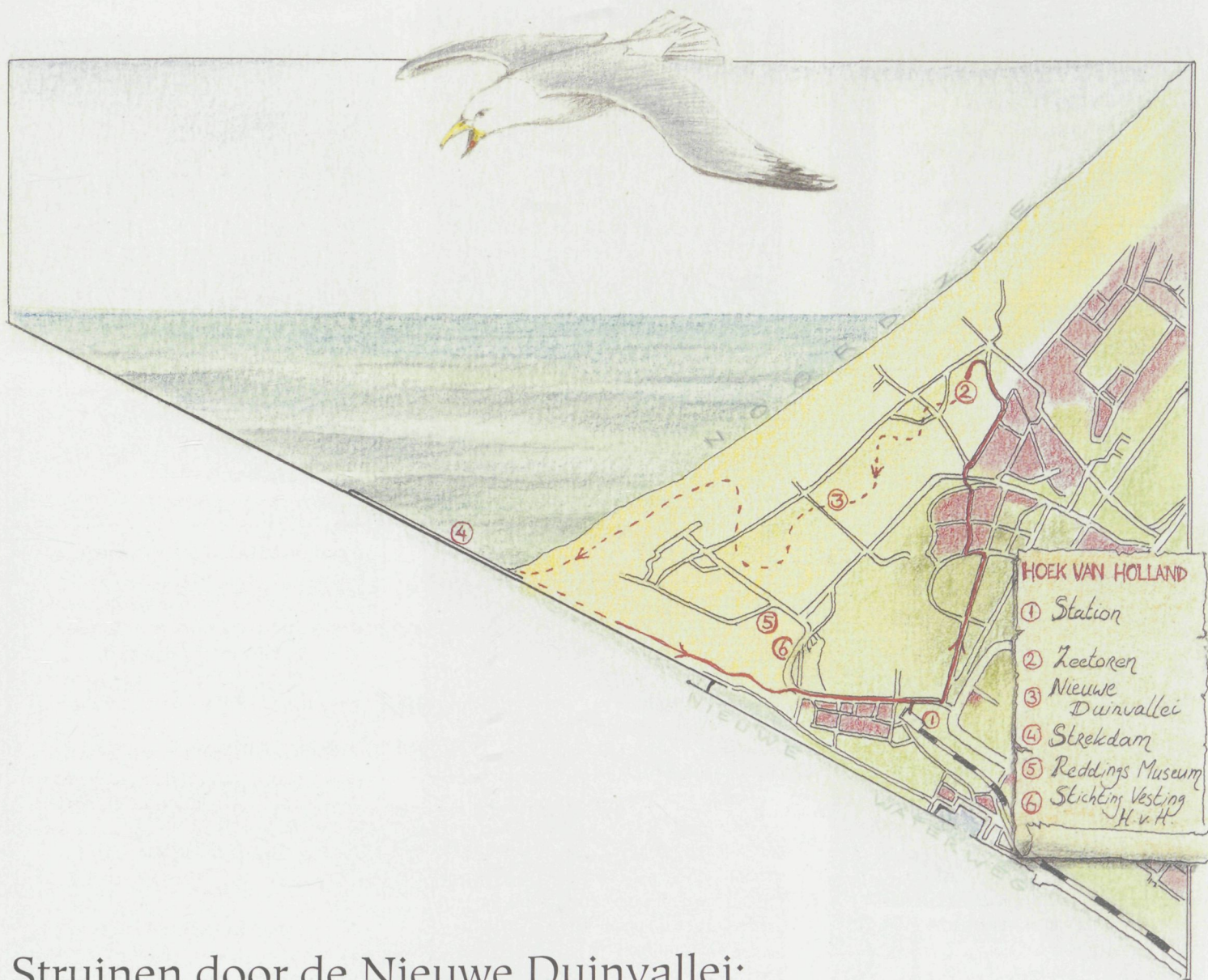
Meer informatie over ARK en de Zeetoren: www.zeetoren.nl

Kortingsbon

Lezers van *De Kleine Aarde* krijgen bij inlevering van deze bon 20% korting op taart en koffie en een sterk verhaal in de Zeetoren.

DE BON IS GELDIG VOOR TWEE PERSONEN, TOT EN MET 31 DECEMBER 2008 EN KAN NIET WORDEN GEBRUIKT IN COMBINATIE MET ANDERE AANBIEDINGEN.





Struinen door de Nieuwe Duinvallei: routebeschrijving

Start: Station Hoek van Holland – Strand

OV: Spoorlijn Rotterdam naar Hoek van Holland

Afstand: circa 5 km

Meenemen: kompas

Loop aan het einde van het perron, bij de stootblokken, Re de Strandweg op. Na circa 100 meter Li (Duinweg). Na circa 400 meter Li (Doornstraat), 1e weg Re (Grootzand). Einde weg Strandboulevard oversteken, langs de slagboom het parkeerterrein oplopen (Helmweg). Aan de Helmweg, op het duin, staat de Zeetoren.

Struinen

Vanaf de Zeetoren is er geen vaste routebeschrijving. Hiervandaan is het een kwestie van struinen door de duinen, in zuidwestelijke richting. Aan het einde van de parkeerplaats aan de Helmweg geeft een verhard pad toegang tot de Nieuwe Duinvallei. Het is ook mogelijk direct achter de toren te beginnen met struinen. Vrij snel na het begin van de struintocht steekt u een verharde weg over (Rechtestraat).

Tallose paden en paadjes doorkruisen de Nieuwe Duinvallei. Zolang u het strand aan de rechterhand houdt, de Strandboulevard aan de linkerhand en de Zeetoren achter u, is verdwalen bijna onmogelijk.

Zodra u bij de volgende verharde weg (Badweg) komt, deze volgen naar het strand (Re). Op het strand doorlopen naar het begin van de pier (Noorderhoofd). Deze volgen in de richting van het dorp Hoek van Holland, met de Nieuwe Waterweg aan uw rechterhand. Eerste verharde weg Li (Prins Willemweg). Einde Re (Strandweg), doorlopen naar station.

Verklaring van de afkortingen:

Re = rechts

Li = links

Cookers



esse



Het origineel van de cookers sinds 1854, leverbaar op gas, hout, en elektra



Wekos

De perfecte kookcombinatie van gas, elektra en hout in één toestel.



de manincor

Italiaans raffinement op hout, gas en elektra



Delaubrac

Charmante kooksensatie uit Lyon

Voor meer informatie of voor een afspraak in de showroom: bel 06 - 29238918. Bezoek ook onze site:

WWW.ESSECOOKERS.NL

fundi

meubel- en keukenmakerij

Al 10 jaar maken wij op een ambachtelijke manier meubels op maat. We gebruiken Europees hout en werken de meubels af met ecologische middelen.

Bel voor meer informatie 0316 532312 of bekijk www.meubelmakerijfundi.nl



eco bouw

ecologisch verantwoord bouwen

Energieweg 12 3641 RT Mijdrecht
(0297) 28 43 34 www.ecobouw.nl



de groene

slagerij

GEGARANDEERD ZONDER
TOEGEVOEGDE HORMONEN,
ANTIBIOTICA OF
GROEISTIMULATORS

DE GROENE SLAGERIJ
R. van de Rijdt

Dorpsstraat 12
B-3930 Achel
Tel. 011 64 14 77
Fax 011 80 12 47

Ruime keuze in
Barbeque vlees

Bestellijsten in onze
winkel aanwezig

Ook verhuur van
Barbeques en een
Barbequetent

OPENINGSUREN: zondag en maandag gesloten
Dinsdag t/m vrijdag van 9.00/13.00 u en van 13.30/18.00 u
Zaterdag doorlopend open van 9.00/17.00 u.
Deze zomer is de winkel in de verlofperiode normaal geopend.

In plaats van de klantenkaart hebben we wekelijks zeer interessante aanbiedingen, bijv.
IEDERE DINSDAG EN WOENSDAG ALLE HAMBURGERS EN BRAADWORSTEN 4 HALEN, 3 BETALEN
Wenst u op de hoogte gehouden te worden via email van de acties, kunt u mailen naar degroeneslagerij@telenet.be

BER 06292414 28

KRAAYBEEKERHOF

Smaakmakende opleidingen

Vakantieweken

- Flow Forms. 18-22 aug. € 695
- Kruidencursus. 18-22 aug. € 659
- Natuurwezens. 26-29 aug. € 525
- Kraaybeekershout. 25-29 aug. € 695

Opleidingen vanaf sept.:

Informatiebijeenkomst:
5 juni 's avonds (19.30 uur)

- Biologisch Dynamische landbouw. 10 blokken p/jr van 3 dagen, v.a. 17 sept., € 1350 p/jr (excl. verzorging)
- Natuurvoedingskundige. 10 maandelijkse blokken of 20 dagen v.a. 19 sept. € 2250
- Tuintherapeut. 30 dinsdagen p/jr vanaf 23 sept. € 2850

KRAAYBEEKERHOF
natuurlijk inspirerend!

T: (0343) 51 29 25
I: www.kraaybeekershof.nl

Bezoek ook
RESTAURANT KRAAYBEEKERHOF
Het best bewaarde geheim van de Utrechtse Heuvelrug!

M VEERDONK + MULDER

GOED IN DUURZAAM VERBOUW-EN RESTAURATIEWERK
www.veerdonk-mulder.nl

Nijmegen T 024-3222925 E kantoor@veerdonk-mulder.nl



INTERIEURARCHITECTUUR
atelier jan franssen



geeft vorm aan
wonen en werken

Met de natuur als uitgangspunt maken wij ontwerpen en adviseren bedrijven en particulieren bij ruimte-indeling, renovatie, bouwtekeningen, meubels en verlichting, kleur en materiaal.

026 443 75 83

www.atelierfranssen.nl



**Kampeer-
vakantie op
Can Banal**

In de Spaanse Pyreneeën, ongeveer 50 km van de Middelandse Zee, ligt het landgoed Can Banal, 85 ha groot, in een prachtige bosrijke vallei. U kunt hier kamperen midden in de natuur. Er is een klein restaurant en een winkeltje: Can Banal is een ideale uitvalsbasis voor wandel- en fietstochten, met of zonder gids. We verhuren mountainbikes. Ook voor kinderen zijn er volop activiteiten.

Gratis brochure: 0570 - 61 45 61.

www.canbanal.nl

HOOG
HANGMATTEN



Specialist sinds 1979.

Open: zaterdag van 10 tot 17 uur of op afspraak

Wijksestraat 41,
6617 BZ Bergharen.
Tel/fax: 0487-53 14 29.

www.hoog.nl

Wij hebben ook een Bed & Breakfast waar u desgewenst in een hangmat kunt slapen.

www.hebkesberg.nl



Twebotubes

Duurzaam aan de leiding

PP riolering heeft alles mee:

- halogeenvrij
- lange levensduur (> 100 jaar)
- eenvoudig en veelvuldig recyclebaar
- licht in gewicht (ARBO)
- uitstekende technische eigenschappen



www.twebotubes.nl

de vlechterij

- * Wilgentenen
- * Tuinschermen
- * Kastankehout

www.vlechterij.nl



**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 geen modern hotel of verwarmd zwembad. Wel bieden wij een aantal cabañas en bungalows aan buiten gezichtsafstand van overige gasten, geplaatst op ons landgoed Manso Coguleras. Ook een eigen tent is een goede mogelijkheid. Alles in de ongerepte natuur, omgeven door bloemen, kruiden, vlinders en vogels kunt U helemaal Uzelf zijn, zonder taalproblemen. Een eigen zwembad hoog in de bergen, een wandeling, een rit te paard en de mogelijkheid om te blijven eten maken een verder verblijf tot een unieke belevenis.

Vanaf 410 € voor een cabaña (5 pers) p.w. of een bungalow 595€ (6 pers) p.w. of 480 € voor een kleine bungalow (2 pers) p.w. bent U onze gast. Een plaats voor eigen tent 220€ p.w.

Mei, juni en eerste week juli plus september, 40% korting. Voor meer informatie bel: 0204634085, u wordt gratis doorverbonden met Spanje. Of schrijf: Familie Visser; Manso Coguleras; 17854 Sant Jaume de Llierca 17854 (Gerona) Spanje. Tel 0034972195109 (tussen 17 en 22 uur) of www.mansocoguleras.com of info@mansocoguleras.com



DE NIEUWE KEUKEN ...



Natuurlijke materialen, energiezuinige apparatuur, oerdegelijk vakmanschap. Ontworpen en uitgevoerd volgens uw **eigen** wensen.

Bernhagen®
Natuurkeukens

Tel. (030) 691 25 28
info@natuurkeukens.nl
www.natuurkeukens.nl

... NATUURLIJK MOOI

**Overzetveren in Nederland, België,
en de Nederlands-Duitse grensstreek**

met handige kaartjes en heel veel
extra informatie op borstzakformaat

**VERSCHEENEN
(5€) DRUK**

te bestellen door € 10
(incl. verzendkosten) over te
maken op rekening 5265803
t.n.v. de penningmeester
Vrienden van de Voetveren
te Bilthoven

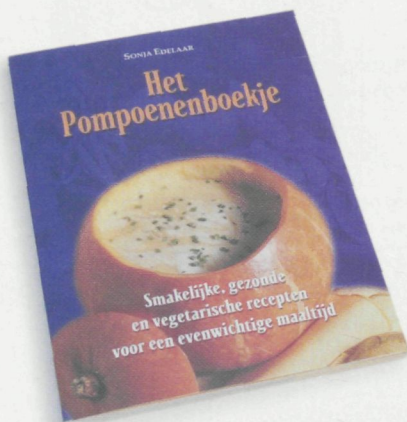


www.voetveren.nl

LID WORDEN? maak dan 5 euro over o.v.v. "nieuw lid"

TOP-10 BOEKEN

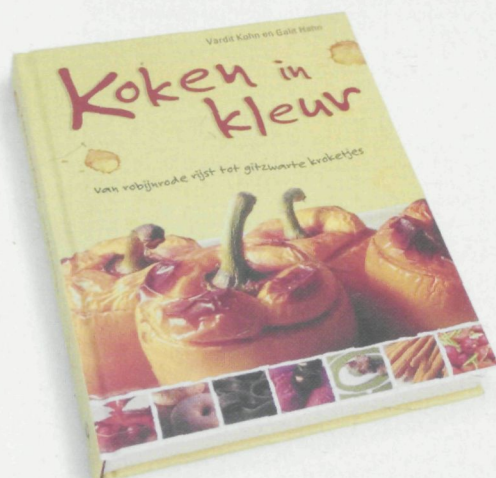
Een selectie van de redactie uit het aanbod van (w)etenswaardige boeken met voeding in de hoofdrol



Van vele markten thuis

Eens wat vaker vegetarisch eten is geen straf, zeker niet als je van pompoen houdt. 'Het Pompoenenboekje' biedt smakelijke, gezonde en vegetarische recepten voor een evenwichtige maaltijd zonder vlees. Het handzame boekje biedt 40 recepten, die gemakkelijk te bereiden zijn. Dit zijn (maaltijd)soepen, voorgerechten/hoofdgerechten, bijgerechten, nagerechten en diverse hartige of zoete (feestelijke) hapjes en taarten. Bijzonder veelzijdig boekje over een bijzonder veelzijdige en gezonde vruchtgroente.

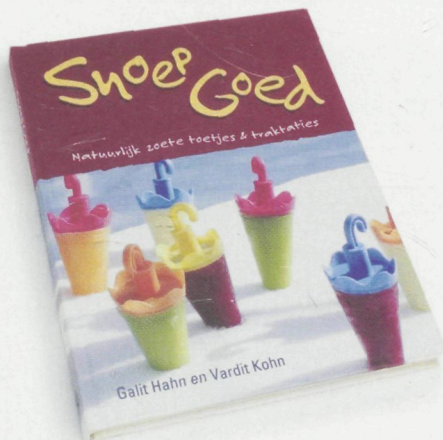
'Het Pompoenenboekje, Sonja Edelaar, Uitgeverij De Schors 2008, ISBN 978 90 6378 733 2, € 16,90'.



Kleur op tafel

Vardit Kohn (voedingsdeskundige) en Galit Hahn (kunstenares), beide afkomstig uit Israël en woonachtig in Nederland, hebben hun kennis, ervaring en liefde voor lekker eten gebundeld om van 'Koken in kleur' een prachtig familieboek te maken. Een origineel en smakelijk vormgegeven boek vol heerlijke recepten voor volwaardige voeding. Voor iedereen die met weinig tijd toch

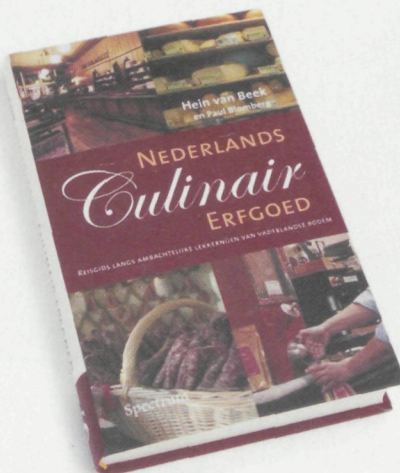
iets goeds op tafel wil zetten. Eerder verscheen van dezelfde auteurs 'Snoep goed', over natuurlijk zoete toetjes en traktaties. 'Koken in kleur', Vardit Kohn en Galit Hahn, uitgeverij Pereboom 2006, ISBN 978 90 77455 45 6, € 27,50. 'Snoep Goed', Vardit Kohn en Galit Hahn, uitgeverij Pereboom, ISBN 978 90 77455 35 7, € 22,50.



Vademecum voor streekproducten

Streekproducten zijn niet alleen goed voor een kleine VoedselVoetafdruk, ze zijn ook vaak van een hoge culinaire kwaliteit. Nederlands Culinaire Erfgoed is een reisgids langs dorpen, steden en streken waar onder andere traditionele kazen, exquisite likeuren en heerlijke zoetigheden worden gemaakt. Per provincie laten Nederlandse chef-koks, onder wie Jonnie Boer (De Librije in Zwolle, 3 Michelinsterren), zich inspireren door de streekproducten. Zij creëren hiermee op eigen wijze een heerlijk erfgoedrecept. Ook wordt er bezoekersinformatie gegeven en staan er gegevens van proeverijen vermeld. Een heerlijk boek om mee op stap te gaan en met een gevulde mand vol proviand weer thuis te komen.

'Nederlands culinair erfgoed', H. van Beek, Uitgeverij Het Spectrum, ISBN 9789027418203, € 14,95.



Jammie

Jamie Oliver schreef opnieuw een prachtig inspirerend en persoonlijk boek. Over eten, natuurlijk. Maar 'Thuis bij Jamie' is meer dan een kookboek. Je wordt al vanaf het zaadje in de grond meegenomen bij Jamie's persoonlijke ervaringen als onervaren moestuinier. Op onstuimige wijze stortte hij zich in het avontuur en laat de lezer daarvan meegenieten. Met kweektips, originele, lekkere recepten en een schat aan informatie over koken met het ritme van de seizoenen. Om je vingers bij af te likken (als je eerst de aarde ervan afgewassen hebt...).

'Thuis bij Jamie', Jamie Oliver, Kosmos Uitgevers, ISBN 978 90 215 2088 9, € 39,95.



Theetuin

Voor een dagelijks kopje 'troost' of een geurig en smaakvol alternatief voor de klassieke koffie en thee kunt u in uw tuin terecht. In 'Thee uit eigen tuin' biedt auteur Peter Bauwens u een heleboel mogelijkheden voor zelfgemaakte thee.

'Thee uit eigen tuin', Peter Bauwens, Uitgeverij Deltas, ISBN 10 9044709216 | ISBN 13 9789044709216, € 12,95.



Bladerboek

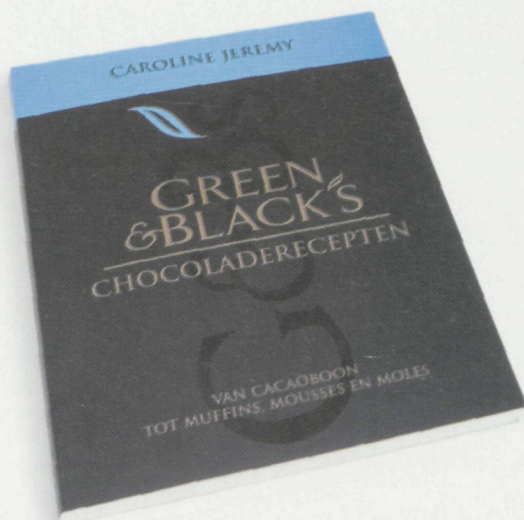
Bijzonder fraai, maar misschien wat minder praktisch is 'Kruiden & Zo' van de bekende tuinschrijver Wim Oudshoorn. Het is geen kruidencyclopedia waar je even snel iets in opzoekt. Daarvoor is de indeling niet geschikt en de opsomming van kruiden en eetbare planten niet uitputtend genoeg. Wel is het een heerlijk boek om door te bladeren, te genieten van de prachtige foto's en hier en daar een snuifje wetenswaardigs op te pikken.

'Kruiden & Zo', Wim Oudshoorn, Kosmos Uitgevers, ISBN 10 902 15248 64 | ISBN 13 978 90 21524 86 3. € 19,95.

(H)eerlijke handel

Green & Black's is een *fair trade-organisatie*, waarbij eerlijke handel en pure ingrediënten sleutelwoorden zijn. De schrijfster heeft dit boek samengesteld met de recepten die Green & Black's-verslaafden uit de hele wereld haar toestuurden. De recepten, veelal zoet, maar ook hartig, ongewoon en traditioneel, zullen bij de echte *chocoloholics* onder ons het hart op hol brengen. In elk geval zijn de foto's al om van te watertanden.

'Green & Black's chocoladerecepten', Caroline Jeremy, Fontaine Uitgevers, ISBN 10 905 95622 24 | ISBN 13 978 90595 62 226, € 22,50.



Lezersaanbieding:

Boek 'Vormgeven in hout'
met vijf euro korting



Boek en tentoonstelling:

VORMGEVEN IN HOUT

'Vormgeven in hout' is de titel van een boek dat in oktober dit jaar uitkomt. 'Vormgevers in Hout' is de titel van een expositie die dit jaar voor de tiende keer plaatsvindt op Fort bij Vechten in Bunnik, tijdens het derde weekeinde in oktober. De criteria voor de deelnemende vormgevers aan deze tentoonstelling zijn: - hout uit de regio; - milieuverantwoord afgewerkt; - en zelf ontworpen en gemaakt. Inmiddels is deze tentoonstelling de grootste in zijn soort.

Bijna 60 vormgevers die ooit hebben meegedaan aan deze tentoonstelling presenteren zich met tekst en foto's in het boek: meubelmakers, beeldhouwers, houtdraaiers en andere zelfproducerende vormgevers.

Het boek 'Vormgeven in hout' gaat € 20,- kosten. Wie het voor 1 augustus 2008 via de website www.vormgevinginhout.nl

bestelt, kan het voor € 15,- op de tentoonstelling meenemen.

Voor info over de tentoonstelling kijk op

www.vormgeversinhout.nl

WAKKER
DIER

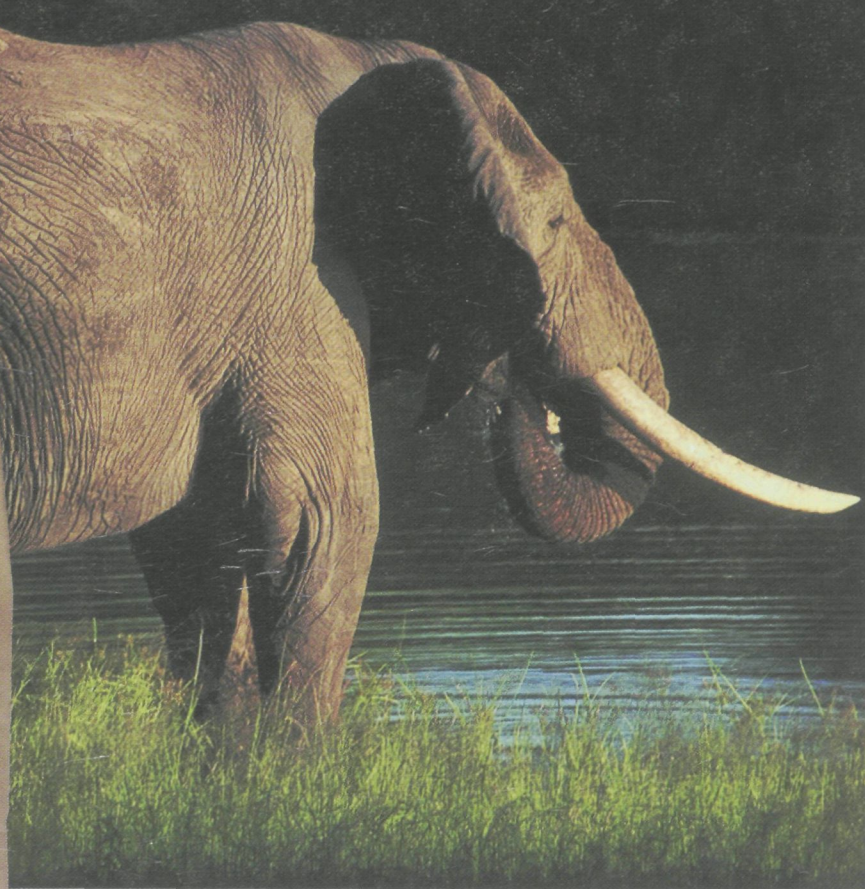
WEI WIL KOE TERUG!!

MARTIN GAUS:

Het is veel goedkoper om een koe binnen te houden. Voor de koe betekent dat opgesloten zitten zonder buitenlucht. Een ongelukkig leven. Want een koe hoort in de wei. Maar daar wordt de melk duurder van. € 0,05 maar liefst...

Word wakker! Steun Wakker Dier.

Kijk op wakkerdier.nl



Marathon Creatief +32 (0)3 653 33 77

▲ Verrijk je maaltijden met bio-tarwekiemen van Amanprana

Waarom Amanprana bio-tarwekiemen je maaltijden verrijken

Tarwekiemen zijn de essentie van het leven van de tarwekorrel. Vanuit de kiem ontstaat een nieuwe plant. Het is een opslagplaats van vitamines, mineralen, eiwitten, gezonde omega-3/6/9, vezels en nog vele goede voedingsstoffen en anti-oxidanten zoals lecithine en 800mg alfa-liponzuur per 100g. Alfa-liponzuur is een breed spectrum antioxidant met de unieke eigenschap zowel vet- als wateroplosbaar te zijn. Ook helpt alfa-liponzuur de suikerspiegel te nivelleren. Strooi ze in drank, muesli, soep, yoghurt, sausen, pasta, rijst, aardappelen en op groenten, salades en brood (niet mee verhitten, achteraf toevoegen) of eet ze afzonderlijk, 1 tot 6 eetlepels en meer per dag. Ze geven gerechten een heerlijke en zoete smaak. Deze plooizak beschermt tegen zuurstof en licht. Op bio gecontroleerd door Blik. 0% genetisch gemanipuleerd en 0% radioactief bestraald. **Verkrijgbaar in 2 versies. Rauw: 100% natuur, 100% actieve enzymen of veredeld: thermisch ontbitterd maar niet geroosterd.**

2 extra viege olijfoliën van Amanprana Verde Salud voor bakken & braden Hermanos Catalán voor koude bereidingen



NIUW
Gratis schenkeutje
waarde €3,95

De kwaliteit van Verde Salud staat wit op zwart op de fles. 100% Picual. Afkomstig van een olijgaard in een natuurpark in Andalusië. Door de bijzondere, gefilterde kwaliteit kan deze bak- en braadtemperaturen aan, hoger dan 180°C. Verde Salud, de fruitige extra vierge olijfolie met een bittere, gezonde afdronk.

De gebroeders Catalán telen, persen en bottelen alles zelf. De kwaliteit begint bij hun olijfbomen die 2 maal meer ruimte krijgen, elk 36m². Hun hacienda bevindt zich temidden van de olijgaard waardoor er binnen de 6 uur na de handgeplukte oogst geperst wordt. Uitsluitend mechanisch, met weinig druk en bij minder dan 25°C. Na decantatie in roestvrij stalen tanks wordt de Amanprana olijfolie zonder filtering op afroep gebotteld in donkere glazen flessen. Smaak en antioxidanten worden optimaal bewaard. Resultaat: een zeer milde, harmonieuze olijfolie met smaak en terroir. Aanbevolen voor koude bereidingen en de verfijnde keuken.

	100 g*	%Adh
B1 thiamine	1,8 mg	128%
B2 riboflavine	0,8 mg	50%
B3 niacine	10 mg	55%
B6 pyridoxine	1 mg	50%
B9/B11 folium	500 mcg	50%
Vit E (6 soorten)	25 mg	250%
Zn zink	14 mg	93%
Cu koper	0,7 mg	63%
Mn mangaan	20,3 mg	579%
Fe ijzer	9,3 mg	66%
Mg magnesium	325 mg	108%
Cr chroom	70 mcg	56%
Se selenium	113 mcg	161%
P fosfor	1000 mg	125%
alfa-liponzuur	800 mg**	
B5 pantoteen	1,4 mg	23%
B12 cobalamine	0,2 mcg	20%
K kalium	957 mg	24%
Ca calcium	71 mg	9%
lecithine	2g	

**breedspectrum anti-oxidant geen ADH
maar 100mg wordt algemeen aanbevolen



**AMAN
PRANA**

SERENE LEVENSKRACHT

Dichtsbijzijnde natuurwinkel en productinfo? 00-32-3-653 25 41 of www.noble-house.tk



Onderwaterfotografie Dos Winkel

Waarom zit Extra Virgin Cocos olie van Amanprana in glas? Omdat vissen niet graag zwemmen in een zee van plastic

ZEE VAN PLASTIEK - Op het strand van Oostende loopt Rita Van Eersel elke ochtend met haar hond. Ze raapt alle plastic op die aanspoelde. Jaak Hermsma doet net hetzelfde op het strand van Scheveningen. En elke ochtend is er opnieuw een lading plasticafval. Rita Van Eersel werpt thuis de plastic in de afvalbak. Na jaren beseft ze echter dat de plasticafval nooit van de aarde verdwijnt.

Wij leven in een plasticen gemakcultuur. Kan je je de berg plastic voorstellen die we met zijn allen jaarlijks wegwerpen? 60 miljard ton per jaar is de raming. Plastic kan men niet blijven recyclen. Na elke recyclage wordt het minder waardig en komt uiteindelijk als een blijvend belastend product in het ecosysteem terecht. Daardoor groeit de berg snel. Waar gaat al die plastic naar toe? Er zijn slechts 3 mogelijkheden: op aarde, in de lucht of in de oceanen. Zelfs op de meest afgelegen diepten van de Stille en de Atlantische Oceaan vinden onderzoekers plastic terug. Zes keer meer plasticdeeltjes dan plankton. Tijdens het trage afbraakproces komt plastic steeds opnieuw in microscopische partikels in het milieu terecht. Daar richten ze de volgende eeuwen dodelijke schade aan.

Zeevogels en vissen eten plastic gewoon op en worden ziek en sterven. In Alaska werden zelfs vogels gevonden met hun maag vol onverteerbare plastic. Het sterftecijfer bij jonge pinguïns op de stranden van Zuid-Afrika ligt hierdoor heel hoog. Een plastic zakje lijkt voor schildpadden sterk op een kwal. Ze slikken het in en schildpadden kunnen het niet uitspuwen. Ze sterven de honger dood. In de Middellandse Zee neemt

plastic in groeiende mate de plaats in van grassen en algen.

Plastic is een polymeer waar monomere componenten worden aan toegevoegd. Juist deze monomeren komen vrij in voeding. Overdracht van plastic molecules in voeding treedt vooral tussen plastic en vethoudende levensmiddelen op, zoals olie, margarine, kaas, boter, chocolade. Sommige van deze stoffen geven smaak- en geurafwijkingen maar zijn ook vaak toxisch. Eens opgenomen worden ze opgeslagen in het vetweefsel van mensen en dieren waar zich een cocktail van chemische stoffen opstapelt. Stoffen zoals bisfenol-A, ftalaten, EDC's, PFOA's, PVC, PBDE's, etc... Vele van deze stoffen gedragen zich als xeno-oestrogenen. 'Op onvoorspelbare manier kunnen zelfs triljoenste plasticdeeltjes onze voortplanting, ontwikkeling en evenwicht ontregelen en mede oorzaak zijn van kanker.' Aldus Colbron, Dumanoski, Myers, in hun boek 'Our Stolen Future'. Xeno-oestrogenen in plastic zijn medeverantwoordelijk voor de toeneemende onvruchtbaarheid bij mannen. Dat zegt Deborah Cadbury in haar aangrijpend boek 'Stervend Sperma'.

Plastic is een wereldprobleem. De oplossing begint echter bij onszelf. Hoe minder we kopen in plastic, des te beter voor milieu, dier en mens. Amanprana probeert het gebruik van plastic tot een minimum te beperken. Daar waar mogelijk gebruiken we glas, gerecycleerd papier of andere snel bio-composteerbare verpakkingsmaterialen. Zeg nu zelf, bio en plastic gaan moeilijk samen. Samen moeten we zoeken naar meer ecologische en gezondere oplossingen.

3 Tips om plastic in voeding te vermijden:

1. Verwarm nooit in plastic. In geen enkele soort.
2. Geen warme dranken of voeding in plastic.
3. Koop nooit olie of vetrijke producten in plastic.

Glas is beter voor milieu, smaak en gezondheid.

Verkrijgbaar in bio-winkels:
www.noble-house.tk



AMAN
PRANA

SERENE LEVENSKRACHT