

VRUCHTWISSELING OP KINDERTUINEN BIJ SCHOOL EN BIJ HUIS

1. VRUCHTWISSELING

Dit verhaal gaat over vruchtwisseling. Vruchtwisseling betekent dat je planten niet steeds op dezelfde plek zaait en poot.

Waarom vruchtwisseling?

Planten nemen voeding op uit de grond, iedere plantengroep (kijk op bladzijde 2) heeft zijn eigen voorkeuren.

Planten trekken ook dieren aan die bijvoorbeeld de groei kunnen beperken.

Door planten niet steeds op dezelfde plek te zaaien of te potten voorkom je dat er een tekort ontstaat aan bepaalde voedingsstoffen (dat tekort noem je 'uitputting van de grond'.

Door bemesting kun je bepaalde tekorten overigens wel weer aanvullen).

Ook beperk je de schadelijke invloed van bodemdierpjes, zoals aaltjes, omdat ook die gebonden zijn aan plantengroepen. Als planten steeds een ander plekje krijgen breidt het aantal aaltjes zich niet uit.

WEETJE

VOEDINGSTOFFEN

Planten zijn opgebouwd uit voedingsstoffen (vakmensen onderscheiden mineralen, zouten en spore – elementen. Moeilijke woorden: onthouden is goed, vergeten niet erg).

Voor een deel worden die voedingsstoffen, opgelost in water, opgenomen via de wortels en voor een deel wordt de voeding gemaakt in groene plantendelen (die soms ook een andere kleur hebben), met name in de bladeren.

Planten, die dood gaan én het blad dat in de herfst van bomen en struiken valt, wordt verteerd door grote en kleine dieren, door bacteriën en schimmels. Een belangrijke afvaleter, die je vast wel kent, is de regenworm. Soms zie je half verrotte blaadjes rechtop in de grond staan: dat is werk van een regenworm, die het blaadje steeds verder de grond in trekt en opeet.

Wanneer het plantenafval helemaal verteerd is, zijn de voedingsstoffen weer beschikbaar om, opgelost in water, opgenomen te worden door de planten.

2. P L A N T E N G R O E P E N

Planten kun je indelen in verschillende groepen maar welke? En om welke gewassen gaat het dan?

Waarom deel je ze in in groepen? Iedere groep stelt zijn eigen eisen aan de bodem wat betreft de voeding en bodemleven (diertjes en nog veel meer).

BLADGEWASSEN (daar eet je het blad van)

- andijvie
- paksoi
- prei
- raapsteeltjes
- rucola
- sla (pluksla, kropsla, ijsbergsla)
- snijbiet (regenboogmengsel)
- spinazie
- sterrenkers/tuinkers

KOOLGEWASSEN (zijn eigenlijk ook bladgewassen maar worden als aparte groep beschouwd)

- bloemkool (eet je eigenlijk de bloemknop van. Laat je die doorgroeien dan gaat hij bloeien met gele, grappige bloemetje.
- koolrabi
- sluitkool (rode kool, witte kool, savooiekool, spitskool)
- spruitkool
- broccoli (eet je ook de bloemknop van)

PEULVRUCHTEN (vlinderbloemigen, leggen stikstof uit de lucht vast, je eet er de peulen = de vruchten, of de zaden van)

- kapucijners (de zaden)
- doperwten (de zaden)
- peulen (eet je de peulen met kleine zaden van)
- stamsperziebonen (peulen met zaden)
- stoksperziebonen (peulen met zaden)
- tuinbonen (zaden)

VRUCHTGEWASSEN

- (buiten-)komkommer
- courgette
- pompoen
- maïs
- tomaat (kweek gaat alleen onder glas/plastic ivm de aardappelziekte)

WORTEL EN KNOLGEWASSEN (eet je de verdikte plantendelen van die soms in en soms half in de grond of bijna óp de grond groeien)

- knolselderij (in de grond)
- knolvenkel(bijna op de grond)
- pastinaak (in de grond)
- radijs (bijna helemaal in de grond)
- bieten (bijna helemaal in de grond)
- uien en sjalotten (half in en half boven de grond)
- zomer en winterwortels (in de grond)

AARDAPPELEN

- aardappelen worden als aparte groep beschouwd. Eigenlijk hoort de aardappel thuis bij de wortel- en knolgewassen.

NOG EEN KEER: eten uit de grond en beestjes.

Iedere plantengroep heeft voeding nodig maar niet iedere groep heeft dezelfde voeding nodig. De ene groep heeft liever wat meer van het een, een andere groep heeft liever een wat andere voeding. Door bemesting kun je bepaalde voedingsstoffen aanvullen.

Planten zijn net mensen: ook jij blijft gezonder als je gevarieerd eet, je moet er toch niet aan denken dat je steeds hetzelfde eet! Dan raakt de lol er wel vanaf maar ook is de kans groot dat je uiteindelijk ziek wordt door te eenzijdige voeding.

Zet je dezelfde planten jarenlang op dezelfde plek dan raakt de voeding die ze nodig hebben op, de planten gaan slechter groeien. Vakmensen zeggen dan dat de grond 'uitgeput' is. Over de beestjes die planten aantrekken zoals aaltjes, die de groei beperken, heb je al wat kunnen lezen.

3. VRUCHTWISSELING

De vruchtwisseling is er op gericht om planten gezond te houden wat betreft de voeding en bestjes.

Er wordt hier uitgegaan van een vruchtwisseling van 1 : 7 (één op zeven). Gewas nummer 1 komt pas in het achtste seizoen weer op dezelfde plek terecht.

Deel de tuin in zeven stukken die ongeveer even groot zijn.

Zo ziet het schema eruit:

jaar 1: 1. peulvruchten, 2. aardappelen, 3. wortel- en knolgewassen, 4. vruchtgewassen, 5. bladgewassen, 6. koolgewassen, 7. bloemen.

jaar 2: 1. bloemen, 2. peulvruchten, 3. aardappelen, 4. wortel- en knolgewassen, 5. vruchtgewassen, 6. bladgewassen, 7. koolgewassen.

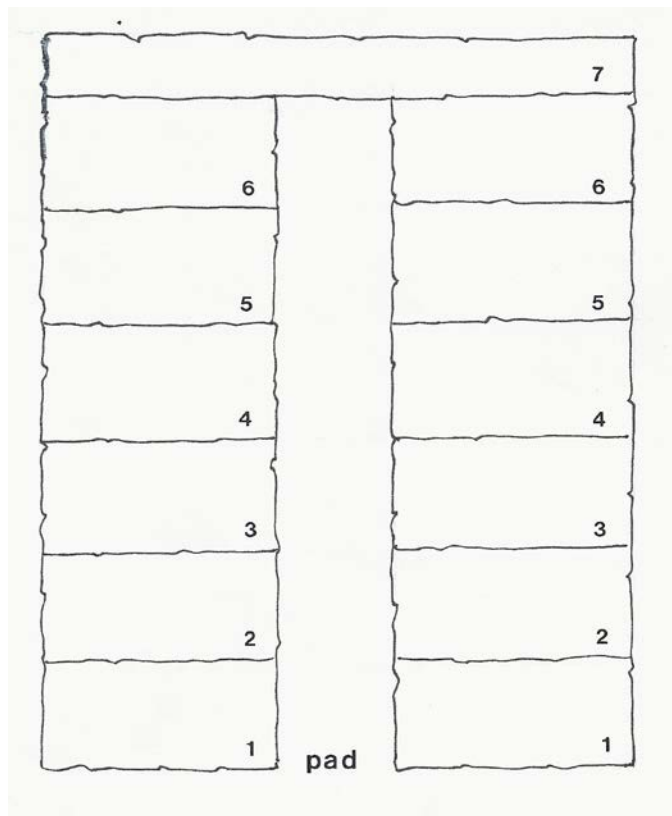
jaar 3: 1. koolgewassen, 2. bloemen, 3. peulvruchten, 4. aardappelen, 5. wortel- en knolgewassen, 6. vruchtgewassen, 7. bladgewassen

Je ziet dat iedere groep ieder jaar een vakje opschuift.

Het is belangrijk dat je een vast schema aanhoudt.

Voorbeeldtuintje

1. peulvruchten
2. aardappelen
3. wortel-/knolgewassen
4. vruchtgewassen
5. bladgewassen
6. koolgewassen
7. bloemen



Er zijn ook andere schema's. Op volkstuinen wordt vaak een schema van 1 : 3 of 1 : 4 aangehouden. Een schema van 1 : 7 is echter beter omdat de grond dan meer tijd heeft om zich te herstellen en dat is weer beter (gezonder) voor wat je gaat verbouwen.

Bijvoorbeeld bonen kunnen het beste pas na zes jaar (dus in het zevende seizoen) weer op precies hetzelfde stuk grond gezaaid worden. In een vruchtwisselingschema van 1 : 7 past dat prima, maar hoe doe je dat als je 1 : 3 aanhoudt?

EEN LEEG STUK OP JE TUIN, WAT NU?

Wat doe je met kale grond na de oogst?

Na de oogst werk je de grond om en verwijder je de oude plantenresten. Daarna kun je soms nog een (paar) keer een gewas zaaien met een korte groeitijd van een paar weken zoals sterrenkers of tuinkers, rucola en raapsteeltjes. Zaai het gewas niet op precies dezelfde plek waar het vorige stond.

Bonen kun je twee keer per jaar zaaien zodat je langer verse bonen hebt. Zaai tussen de oude rijtjes in.

Ook sla en andijvie kun je een paar keer per jaar zaaien/planten.

Groenbemester

Verder kun je kale grond inzaaien met phacelia, een grappige plant die bloeit met blauwe bloemen. Bijen en hommels zijn er gek op, maar daar hoef je niet bang voor te zijn.

Phacelia wordt een groenbemester genoemd.

Groenbemesters (er zijn meerdere soorten) zorgen ervoor dat de grond gezonder blijft.

Verder wren ze onkruiden en dat scheelt weer werk!

Phacelia is niet winterhard maar befrist bij de eerste nachtvorst.

MEER ...

Over het onderwerp vruchtwisseling is nog veel meer te vertellen maar we houden het simpel. Als je je aan de 'vruchtwisselingsregel' houdt komt het vast wel goed met jouw eigen tuin!

SUCCES !

Het project is een initiatief van het Bultparkcomité, in samenwerking met wijkraad De Bolder en gemeente Lelystad.

Met dank aan Jos Pauws, Cor Hotting en Pieter Wielinga
Tekst en illustraties: Peter Kouwenhoven – Bellefleur Producties

Lelystad, maart 2014.