



Steenbreek in **eigen** tuin

Samen voor meer groen

Samen voor meer groen in de buurt

Ons klimaat verandert. Steeds vaker hebben we te maken met enorme hoosbuien, hitte of een lange periode van droogte. Heftige buien veroorzaken vaak **wateroverlast**. Langdurige hitte leidt bij veel mensen tot **gezondheidsklachten**. Uit diverse onderzoeken blijkt dat de **toename van verharding negatieve effecten** heeft op het welbevinden van mens, dier en natuur. Veel gemeenten, provincies en waterschappen in Nederland ondernemen maatregelen om de openbare ruimte anders in te richten. Zoals stenen vervangen door groen, de aanleg van twee afvoersystemen – een voor regenwater en een voor afvalwater – en extra vijvers en wadi's.

Ondanks alle maatregelen in de openbare ruimte is de hulp van alle inwoners van Nederland nodig; zo'n 40 procent van de stedelijke oppervlakte is immers in bezit van particulieren. Samen kunnen we het verschil maken en zorgen voor een klimaatbestendige en gezonde leefomgeving. **Doe je mee?**

Samen maken we het verschil voor een gezonde leefomgeving!



Voordelen van een groene omgeving:

- vermindert wateroverlast en waterschade
- vermindert kosten van aanpassing riolering
- biedt leven aan meer soorten dieren
- brengt de natuur dichterbij
- zorgt voor verkoeling en betere luchtkwaliteit
- verhoogt de waarde van de woning
- draagt positief bij aan gezondheid

Alle kleine
beetjes
helpen!



Tips om zelf aan de slag te gaan

Kijk eens goed rond in je eigen tuin. **Zijn al die stenen en tegels wel echt nodig?** Met minder tegels kan het water makkelijker weg en ziet de tuin er veel mooier uit. Hoe kun je jouw tuin heel eenvoudig en onderhoudsvriendelijk groen maken? Met de **tips** op de volgende pagina's (eerder verschenen in het magazine Je Nieuwe Tuin) helpen wij je op weg naar een eenvoudig te onderhouden groene en bloeiende tuin.



Het goede van een groene tuin

Groen is goed voor je **gezondheid**. Hoe dichter je groen bij huis hebt, hoe directer het effect. Mensen in een groene buurt beoordelen hun eigen gezondheid positiever dan mensen in een groenarme buurt. Een groene tuin is voor veel mensen een rustpunt om in te zitten of te werken. Tuinieren brengt je in **beweging**. Kinderen kunnen er spelen en hun energie kwijt. Groen zuivert de lucht. En het is bewezen dat de aanwezigheid van groen een goede basis is om stress en depressie te voorkomen. Groen geeft **plezier en ontspanning**. Door het aanleggen van groene daken, groene tuinen, greppels en vijvers wordt regenwater vastgehouden en warmt de directe woonomgeving minder op.

Groen is leven

Niet alleen voor mensen, maar ook voor dieren betekent een groene tuin een gezonder leven. Als er geen bloemen groeien, komen er geen insecten en kunnen bijen hun werk niet doen om nog meer te laten bloeien. In een **groene tuin** leeft zeker de helft van de aanwezige soorten onder het maaiveld. De bodem is de basis van elke levende tuin. Bacteriën, schimmels, insecten en regenwormen in de grond zorgen dat de voedingsstoffen binnen het bereik van de planten komen. Ze zijn essentieel voor gezonde en vitale planten en bloemen. Een rijk gevarieerde tuin biedt **eten voor vogels, vlinders, egels en andere diersoorten**.

1 De bodem

Als je een nieuwe tuin aanlegt, is het verstandig de tuin aan te vullen of op te hogen met tuinaarde. Een eenvoudige manier om te kijken of de bodem in je tuin gezond is: een spa in de grond steken en kijken of er regenwormen zitten. Als dat zo is, is de bodem aardig gezond; ontbreken ze, dan kun je compost aanbrengen.

2 Regenwater opvangen

Omdat lange periodes van droogte veel vaker gaan voorkomen, is het slim om in de tuin water op te vangen. Bijvoorbeeld door in de tuin te werken met hoogteverschillen of een poel, infiltratiegreppel, regenwatervijver of een moeraszone aan te leggen. En wat te denken van een regenton; het water kan weer gebruikt worden om de planten water te geven.

3 Bestrating

Verharding is in bijna elke tuin noodzakelijk voor een terras, loopruimte en een plek voor de fiets of container. Hiervoor is circa 15 vierkante meter nodig. Voor elke vierkante meter daarboven adviseert Stichting Steenbreek om 80 procent groen en 20 procent verharding aan te houden. Hierdoor kan water beter de bodem indringen en het is beter voor de plantengroei. Er zijn ook waterdoorlatende terrastegels: de onderlaag vangt dan het hemelwater op en voert dat langzaam naar de ondergrond af.

4 Inheemse planten

Kies bij voorkeur voor inheemse planten. Deze planten komen hier van nature voor en hebben zich aangepast aan ons klimaat, de bodem en de kleine dieren en insecten. Ze gaan daardoor ook minder snel dood en hebben minder verzorging nodig. Planten en insecten hebben zich aan elkaar aangepast.

5 Plant een boom

In je eigen tuin kun je volop genieten van de natuur dichtbij. Het planten van een boom helpt daarbij. Bomen zorgen voor schaduw en verkoeling in de tuin, helpen tegen wateroverlast, zuiveren de lucht en bieden privacy. Sommige bomen leveren voedsel voor mens en dier met ieder jaar volop fruit, zaden of noten. Vogels zoeken bomen en struiken om te schuilen of zich te nestelen. Denk ook eens aan nestkasten om vogels naar je tuin te lokken.

6 Erfafscheiding

Een haag is een stuk goedkoper, gaat langer mee, trekt vogels en andere dieren aan en biedt bescherming tegen de hitte. Bovendien kun je die zelf planten. Wie liever een schutting heeft, kan toch de tuin nog iets groener maken door er (inheemse) klimplanten tegenaan te zetten. Bijvoorbeeld klimop, wilde kamperfoelie of grootbloemige bosrank (*Clematis*). Maak dan ook een 'egelpoortje' met glad afgewerkte gaten van 15 bij 15 centimeter onder in de schutting.



7 Groen dak

Wie een plat dak heeft (woning, tuinhuisje, schuur) kan dat ook vergroenen. Hoe? Door een 'groen' dak te maken met een gevarieerde mix van mossen, grassen en planten. Dat helpt met het zuiveren van de lucht en afkoeling van de gehele tuin. Denk wel aan een goede afwatering of waterberging (regenton). In veel gemeenten zijn subsidies voor groene of bruine daken (bodemiaag met zaden) beschikbaar.

8 Groene gevel

Weleens aan gedacht om de gevel te vergroenen? Ze noemen dit niet voor niks een verticale tuin. Het resultaat is uiteraard afhankelijk van de beplanting en in welke richting de muur staat. Een lelijke of saaie muur kan met groen aan het zicht onttrokken worden en een levendiger aanzicht geven.

9 Gazon

Sommige mensen houden van een knalgroen, strak en kort gemaaid gazon. Gras dat elke week wordt gemaaid, heeft niet zoveel waarde voor de natuur. Bijen en vlinders vinden er geen voedsel meer. Wanneer het gras kort is, verdampt het water ook sneller uit de bodem. Door minder te maaien krijgen onder meer bijen, kevers, vlinders en hommels meer voedsel.

10 Een 'natuurlijke' tuin

Een tuin waar veel verschillende soorten leven, kan beter tegen plagen en extreme weersomstandigheden. In een dergelijke tuin is de lucht schoner, is het op zomerdagen koeler, wordt water beter opgevangen en vastgehouden, is er minder droogte in de zomer en is de natuur in balans, waardoor je bijna niks aan je tuin hoeft te doen! Dat laatste beseffen mensen vaak niet: velen denken ten onrechte dat een tuin met veel groen bewerkelijk en duur is.



Stichting Steenbreek

Paulus Borstraat 41
3812 TA Amersfoort

T 033 4794050

E info@steenbreek.nl

W steenbreek.nl



FSC-
logo
plaatsen

(Zalsman
informerem)

Volg ons: #operatiesteenbreek

    [steenbreek.nl](https://www.steenbreek.nl)

Meer inspiratie nodig?

Voor tips bij de aanleg van een groene tuin of het maken van een beplantingsplan, kun je natuurlijk altijd terecht bij de lokale kweker, tuincentra en hoveniers. Zij vertellen graag meer welke planten goed zijn voor een groenblijvende en diervriendelijke tuin.

Tekst: Hans Bouwman

Vormgever: Robert Ellents

Foto's: Beeldbank van de Leefomgeving & iStock