



PB-PP  
BELGIE(N) - BELGIQUE



# KringloopZINE

Meer halen uit de biologische kringloop

Driemaandelijks tijdschrift voor de actieve kringloopkracht: nr 42 • juli - augustus - september 2023

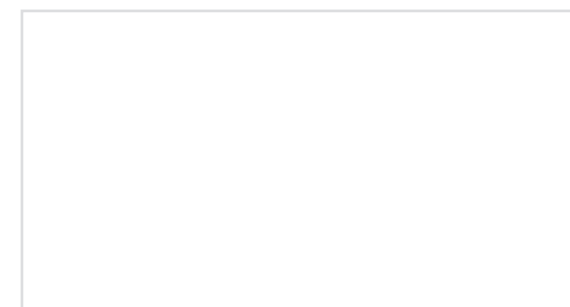
Beste,

Lesgevers en kringloopkrachten hebben honderden mensen weer heel wat kennis rond bodem en compost bijgebracht deze zomer. En dat jullie dat in tuinen met gezonde bodems mochten doen, waren de verteerde onderbroeken het bewijs van. Voor de kringloopkrachten die hun plantenkennis willen opkrikken, zonder één naam te moeten leren, heeft Vlaco vanaf begin 2023 twee nieuwe vormingen.

Comité Jean Pain deed een proef met grond in de compostering. En lees zeker ook de acties die we rond de internationale dag tegen voedselverlies doen, want ook jij kan in de prijzen vallen.

Alvast heel veel tuin-, kringloop- en leesplezier gewenst!

*Kristof Van Stichelen  
Elfriede Anthonissen  
Team Thuiskringlopen*



## In dit nummer:

### Actief Creatief

Kringloopweekend 2023 ..... 2  
Advies geven in de kringlooptuin ..... 4

### Grond, grondiger, gegrond

Wat de plant óns vertelt! ..... 6  
Effect van grond in de (thuis)compostering?... 7

### Vis, vlees of beleg? Dat gooi ik nooit weg! ... tot het laatste plakje

Minder afval? ..... 10  
De Plan-eet app = altijd prijs! ..... 10

### Kort # Krachtig

Vlaanderen Vraagt ..... 12





# Actief-creatief



## KRINGLOOPWEEKEND 2023

Tijdens de acties van Kringloopweekend stonden de bodem en compost in de kijker en gebruikten heel wat kringloopkrachten en lesgevers de inspiratiebox met bodemproefjes als ondersteunend materiaal om de bezoekers wegwijs te maken in de compostwereld.

Ook met Landelijke gilden was de samenwerking geslaagd. Het 'Onderbroek Ondergronds' project van Landelijke Gilden waarbij het nuttige bodemleven centraal stond, was leerrijk.



*De ene onderbroek was al meer verteerd dan de andere. Hoe minder er overbleef, hoe gezonder het bodemleven in de tuingrond.*

### Onderbroek ondergronds

Een week voor het Opentuinweekend organiseerde Landelijke gilden een persmoment. En ze koppelden dat aan de opgravingen van hun 'Onderbroek Ondergronds'-campagne die ze 2 maanden eerder startten. Twee vliegen in één klap dus.

Vlaco werkte met Landelijke Gilden samen door in 26 van die open tuinen een standbemannings te organiseren, waar een Bodemprofessor het beste van zichzelf gaf.

Op het 'Onderbroek Ondergronds'-persmoment (georganiseerd op een school in Steenhuffel) mocht de Vlaco-Bodemprofessor dan ook niet ontbreken. Erik De Cuyper nam de honneurs waar en 'de kinderen hingen aan zijn lippen', naar verluidt. En dat haalde zelfs het nieuws van Karrewiet, op Ketnet.



*Na de deskundige uitleg van Erik, konden de kinderen zelf experimenteren met de verschillende grondsoorten.*

Ondanks de kwakkelzomer, was het tijdens Open tuinen in het laatste weekend van juni schitterend weer, soms zelfs te warm in de brandende zon.

**Bij Yves in Gistel** - Johan Van den Bremt



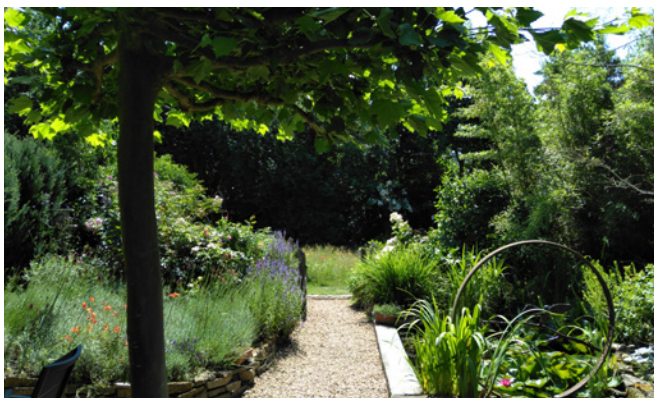
*"De kleurrijke experimenteerbokalen van de Bodemprofessor trokken wel de aandacht. Bezoekers waren ook geïnteresseerd in het verhaal over water- en droogtebeheersing in tuinen."*



## Bij Nadine en Eddy in Hoegaarden - Armand Puttemans



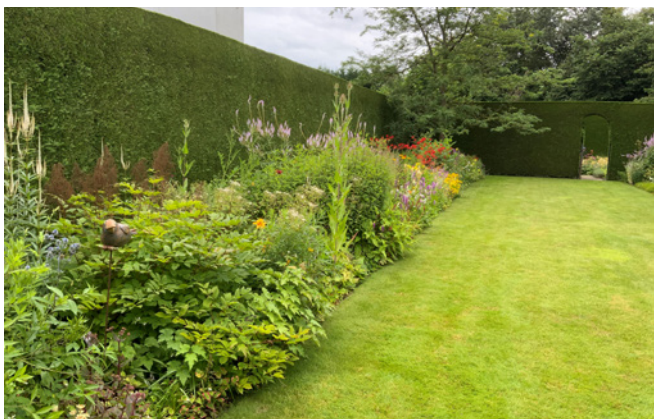
*“Of het niet stoorde dat het voorziene plaatsje dicht bij de kippen was? Natuurlijk niet, ik kan die diertjes zeer goed verdragen, ik hou er zelf ook, was mijn geruststellend antwoord. Zo kwam ik dus onder de onderbroek van Nadine terecht. Ach ja, natuurlijk deze die ze 2 maanden geleden in de tuin had begraven en nu boven mijn stand had gehangen, of wat dacht je? Je kon moeilijk de vorm van die broek nog zien, wat dus toonde dat het leven in hun tuingrond in orde is.”*



*“Een zeer gevarieerde tuin, met een grote vijver en zelfs een composttoilet. Nadine is tuinranger en mocht al heel wat advies geven in haar gemeente. Ook Eddy heeft goede tuinideeën en dus nogal logisch dat ze een voorbeeldige tuin toonden.”*

## De Berceau in Oostkamp - Eddy Michiels

De tuin van Hendrik en Viviane in Oostkamp heeft veel te bieden: bloemenrijke borders, een binnentuin met vijver en verschillende tuinkamers.



De afgelopen jaren stonden Vlaco-lesgever Eddy Michiels en zijn vrouw Roos paraat om de bezoekers aan de tuin van Hendrik en Viviane, de kringlooptechnieken of bodemgeheimen te leren kennen. Altijd werd hij warm ontvangen en het was voor Eddy dan ook een plezier om zijn tweede loopbaan als Vlaco-lesgever in deze prachtige tuin af te sluiten. Vlaco mocht meer dan 20 jaar gebruik maken van de kennis en praktijkervaring van Eddy, hij leerde duizenden mensen composteren en kringlooptuinieren. Eddy kan nu genieten van een welverdiend pensioen.



*“We lokten de geïnteresseerden met zoete broodpudding naar de bodemtestjes, waar er veel interesse voor was.”*

## Zonnebeke, Ledegem en Wetteren

- Urbain De Vuyst en Ria Knockaert



*“We waren dit jaar aanwezig in drie tuinen, nl. in Zonnebeke, Ledegem en Wetteren. Ria zorgde voor de restjeshapjes en ik was paraat als bodemprofessor.”*



# Actief-creatief

## WORD JIJ OOK 'KRINGLOOPKRACHT AAN HUIS'? ADVIES GEVEN IN DE KRINGLOOPTUIN

*In Vlaanderen zijn de afgelopen 25 jaar heel wat kringloopkrachten / compostmeesters opgeleid. Sommige daarvan zijn nog actief in volwaardige kringloopwerkingen; andere zijn dat niet meer. Maar heel wat vrijwilligers hebben een ruime kennis van de biologische kringloop en zijn communicatief goed onderlegd. Als dit tijdschrift bij jou in de bus valt, heb je hoogstwaarschijnlijk zelf ooit de opleiding tot compostmeester of kringloopkracht gevolgd.*

In Vlaanderen bestaat momenteel een duidelijke behoefte aan particulier tuinadvies. Getuige daarvan zijn concepten die overal in Vlaanderen het levenslicht zien. Wellicht ken je er wel een aantal van:

- **Tuincoaches** (in Brugge): dit zijn vrijwillige tuinadviseurs, opgeleid in een samenwerkingsverband van stad Brugge, Regionaal Landschap Brugs Ommeland en Vlaco vzw.
  - **Klimaattuincoaches** (in Limburg): dit zijn betaalde professionals die reeds heel wat tuinontwerp- en -aanlegervaring hebben, en na een geslaagde test als Klimaattuincoach (voor de provincie Limburg) aan de slag zijn.
  - **Tuinrangers**: ondertussen is dit een vrij bekend concept, bestaande uit vrijwillige tuinadviseurs die bij het geven van tips focussen op natuur, biodiversiteit en klimaat, en in een zesdaagse (6x3u) praktijkgerichte opleiding door tuinecologen van Inverde (ANB, Vlaamse overheid) worden opgeleid.
  - ...
- Kortom, allemaal heel interessante initiatieven die het levenslicht zagen.

### Een nieuwe wind

Wij zijn ervan overtuigd dat er heel wat kennis aanwezig is bij de voormalige en actieve kringloopkrachten, dat die kennis en vooral dat engagement zeker niet verloren mogen gaan en dat er heel wat geëngageerde kringloopkrachten zijn die ook graag – én ongetwijfeld heel degelijk – tuinadvies kunnen en willen geven. Ook heel wat afvalintercommunales en gemeenten willen graag de kringloopkennis (van vrijwilligers) blijven inschakelen.

Om die redenen hebben we het concept 'Kringloopkrachten-aan-huis' – of 'KLK@home' in het leven geroepen. Hierbij wordt gericht op zoek gegaan naar bestaande kringloopkrachten en nieuwe kringloopvrijwilligers die (kringloopgericht) tuinadvies willen én kunnen geven, mét (in dit advies) een focus op kringlooptechnieken en hoe die toe te passen bij nieuwe uitdagingen. Bij nieuwe uitdagingen denken we vooral aan een klimaatrobuuste tuin, een tuin die de waterproblematiek kan doorstaan en aan het opkrikken van de biodiversiteit ...

### Inhoud en timing

Midden september 2023 organiseerden we de eerste opleiding KLK@home, op initiatief van de Oost-Vlaamse afvalintercommunale IDM. Meer dan 10 'Kringloopkrachten aan huis' volgden een lessenreeks van 4 dagen.

De opbouw van de 4 lesdagen speelt in op de wensen van de afvalintercommunale, de voorkeur van de lesgever en de achter-





grondkennis van de deelnemers, en die zag er bij deze piloot-opleiding zo uit:

## Dag 1

- Algemene inleiding door organisator en rol van Vlaco vzw
- Kennismakingsronde: wie is wie onder de deelnemers.
- Inleiding tot kringlooptuinieren, biodiversiteit en bodemgezondheid
- Klimaatrobuust tuinieren: wat is dat?
- Tuinstijlen en hoe je daarmee omgaat
- Uitgebreide vragenronde

## Dag 2

- Bodembedekking en bodembedekkers
- Grasbeheer en de rol van gras in een klimaatrobuuste tuin
- Vaste planten en biodiversiteit
- 1<sup>ste</sup> praktijkoefening tuinadvies
- Communicatievaardigheden
- Inspiratie voor en nut van geveltuinten
- Uitgebreide vragenronde

## Dag 3

- Composteren: koolstof ter plaatse houden
- Snoeihout voorkomen of creatief verwerken
- 2<sup>de</sup> praktijkoefening tuinadvies
- Compost gebruiken
- Kippen in je tuin
- Uitgebreide vragenronde
- Informatie voor en kaders van de opgelegde individuele proef.

## Dag 4

- 3<sup>de</sup> en definitieve individuele praktijkoefening van ± 20 min in een tuin in het bijzijn van een 'jury'.



## Planning

Bij afvalintercommunales IOK (Kempen) en Limburg.net leiden Vlaco-lesgevers binnenkort ook 'Kringloopkrachten aan huis' op. Uiteraard kan jij als individuele kringloopkracht of tuinliefhebber óók actie ondernemen om zo een opleiding in jouw regio op poten te zetten. Neem contact op met Vlaco, met je gemeente, met je afvalintercommunale, met de verantwoordelijke van je kringloopwerking of met een groep gelijkgestemden.

Een lessenreeks van 4 lesdagen is uiteraard altijd maatwerk. De lessenreeks organiseren vraagt wel wat voorafgaand overleg én – ook heel belangrijk – de plaatselijke opvolging van het project moet gegarandeerd worden. Met andere woorden, bij aanvang van de lessenreeks is een budget afgebakend hoeveel tuinen kunnen geholpen worden, hoe en wie de vrijwilligers nadien aanstuurt, boekt, inzet, uitstuurt en al dan niet vergoedt ...

Ga je graag aan de slag als Kringloopkracht aan huis, initieer / organiseer jij graag deze opleiding of wil je gewoon meer info van ons? Contacteer Vlaco (thuiskringlopen@vlaco.be) en we leggen het je met veel plezier uit.



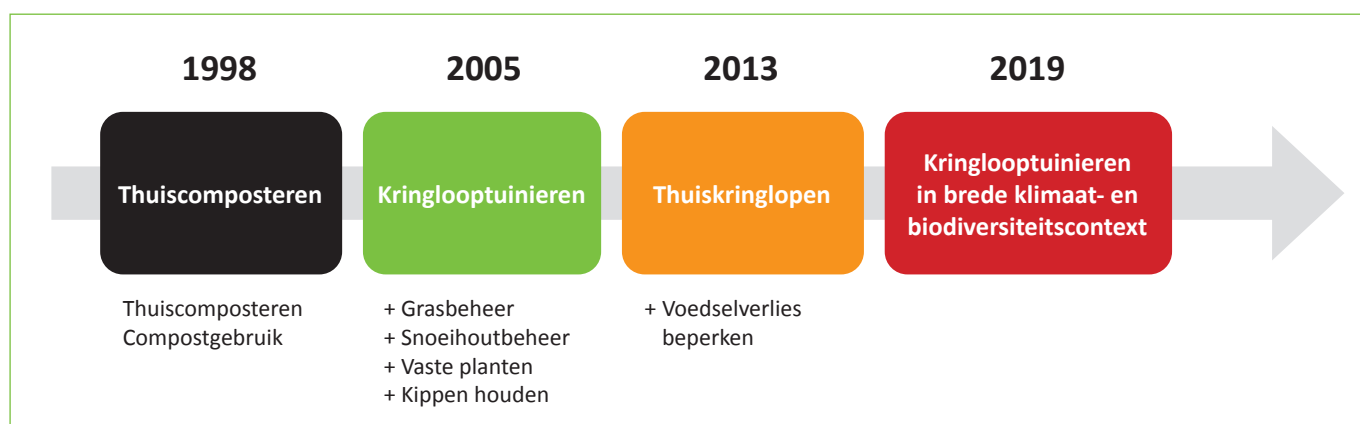
# Grond-grondiger-gegrond

## WAT DE PLANT ÓNS VERTELT!

De laatste 5 jaar – niemand kan dat nog ontkennen – doet het klimaat een beetje raar; en dat is een flink understatement. Op Vlaams, Belgisch en Europees niveau wordt alles uit de kast gehaald om de impact van de mens op het klimaat te verkleinen. Heel wat maatregelen passeren de revue. De keten kort houden, koolstof stockeren in de bodem ... zijn slechts enkele van die maatregelen. Het is voor ons duidelijk dat thuiskringlopen positief bijdraagt aan de klimaatproblematiek. En dat willen we de komende jaren ook flink uitspelen. Infosessies zoals 'Kringlooptuinieren bij verander(en)de klimaatomstandigheden', 'Waterbeheer in de kringlooptuin' en 'Stedelijk kringlooptuinieren / Urban gardening'

worden vaak aangevraagd door lokale besturen; het moet zijn dat er dus nood aan is.

'Maar wat kan ik als particulier zelf doen in mijn tuin en dan vooral welke planten moet ik kiezen om een klimaatrobuuste tuin te bekomen?'. Niet alleen onze lesgevers krijgen die kwestie voorgeschoteld van hun toehoorders, maar ook bij Vlaco komt deze vraag frequent binnen. Tijd dus om daar een infosessie aan te wijden. Met de hulp van enkele van onze lesgevers, onze tuingidsen en een paar zeer ervaren externe plantenspecialisten zijn we aan de slag gegaan. Een nieuwe infosessie 'De juiste plant voor een nieuw klimaat' is het resultaat en parallel hieraan komt er ook een gidsbeurt met gelijkaardige inhoud.



### De evolutie van de sensibilisering van Vlaco vzw

In de nieuwe sessie behandelen we de biotische en abiotische factoren die de plant beïnvloeden. We staan stil bij de verschillende successiestadia: Pionier-, grasland-, ruigte-, struweel- en bosvegetatie. En we leren hoe we de plant kunnen 'lezen'. Wortel, blad en andere plantonderdelen kunnen ons heel wat vertellen over hun groeiplaats. De plantenwereld is complex maar met deze bruikbare tips, kan je er alvast van uit gaan, dat jij nieuwe planten voortaan op hun favoriete standplaats zet.



*Stachys lanata (byzantina) of Ezelsoor heeft een wit behaard blad dat zorgt voor weerkaatsing van fel zonlicht.*



*De taaië leerachtige bladeren, met een waslaagje, van de Helleborus argutifolius of Nieskruid zorgen voor zo weinig mogelijk verdamping in de zomer.*



*Astilboides tabularis of Tafelblad heeft een groot blad dat veel water kan opvangen wat wijst op een vochtminnende plant.*



*De naaldvormige bladeren van Rozemarijn zorgen voor oppervlakteverkleining om verdamping te beperken.*



*Het jonge blad van de Walnoot kleurt rood door anthocyaan. Dit beschermt het jonge blad als een soort natuurlijke zonnebrandcrème tegen ultraviolet licht. Naarmate het blad sterker wordt, verdwijnt de rode kleur.*

Vanaf begin 2024 zijn deze sessies reserveerbaar via onze lesaanvraagtool.



## EFFECT VAN GROND IN DE (THUIS)COMPOSTERING?

*Iedereen heeft het al eens meegemaakt, je wiedt onkruid en aan de wortelkluit hangt nog behoorlijk wat grond. Als je dat allemaal in je compostbak brengt, kan dat een negatieve invloed hebben op het compostingsproces. We raden dan ook altijd aan om bij droog weer te wieden, zodat je de aarde er makkelijk kan afkloppen. Maar tijdens de afgelopen druilerige zomer, was het haast niet mogelijk om de verwijderde onkruidkluiten te laten drogen en is er vast bij heel wat thuiscomposteerders, ongewenst grond mee in het composteersysteem gebracht.*

*We contacteerden Comité Jean Pain en stelden voor om onderstaande proef door hen te laten uitvoeren, om het effect van grond in de thuiscompostering te achterhalen.*

### Probleemstelling

Is er een verschil in temperatuurontwikkeling en -bereik tussen een compostering met zuiver organisch materiaal en een compostering waarin ook minerale resten (grond) aanwezig is? En is er een effect vast te stellen op de composteersnelheid, de compostontwikkeling, de aanwezige compostorganismen ...

### Algemene proefbeschrijving

In twee compostbakken werd eenzelfde mengeling van composteerbaar materiaal gedaan. In één bak wordt een deel van het composteerbaar materiaal vervangen door magere tuingrond. De bakken staan in dezelfde omgeving en hebben exact dezelfde milieukarakteristieken (lichtinval, luchttemperatuur ...). De bakken staan los van elkaar en worden op precies dezelfde manier beheerd. De temperatuur wordt in beide bakken meermaals per

week gemeten en ook de evolutie van het volume wordt opgevolgd. Na enkele maanden wordt er geoogst.

### Proefopstelling

Voor deze proef werden drie aan elkaar geschakelde compostbakken van het merk Eco-oh! gebruikt. De bakken waren 1m hoog, 1m breed en 1,2m diep, en konden dus een volume van 1200 liter bevatten. De linker- en rechterbak werden gevuld; de middelste bak bleef echter leeg om contact tussen de beide gevulde bakken te vermijden.

Het organisch materiaal dat werd ingebracht was een mengsel van vers grasmaaisel, vers haagscheersel (liguster) en houtsnippers. Er werd tegelijk voorzien in afgegraven leemgrond uit de tuin (uit een laag onder de eigenlijke teelaarde). Deze leemgrond was arm aan vers organisch materiaal en werd gebruikt om toe te voegen aan de rechterbak.





# Grond-grondiger-gegrond



In de bak links werd zuiver organisch materiaal geschept, in de bak rechts hetzelfde materiaal gemengd met arme tuingrond. De twee bakken werden gelijktijdig gevuld met het beschikbare materiaal. Het vullen van de bakken duurde enkele dagen (nl. van 5 tot 13 juli 2022). Meerdere maai- en scheerbeurten waren immers nodig om aan voldoende (vers) materiaal te komen.

Er werd gezorgd voor een homogeen fijn mengsel van het organisch materiaal dat per vulbeurt bestond uit 40 liter vers grasmaaisel, 20 liter houtsnippers en 60 liter fijn gehakselde verse liguster (120 liter dus). Tien porties van deze 120 liter-mengeling werden toegevoegd aan de linkerbak, samen goed voor 1200 liter. Voor de rechterbak werd bij elke portie van 120 liter ook 8 liter magere tuingrond toegevoegd en eveneens goed gemengd met het organisch materiaal. Deze 10 porties waren dus goed voor een totaal volume van 1280 liter. Om het volume in beide bakken gelijk te maken, werd op het einde van het vullen van de linkerbak nog 80 liter fijn gehakselde liguster toegevoegd. Door de zwaartekracht zakte het materiaal in de bakken. Bij de start van de proef waren beide bakken gevuld tot op een hoogte van 81 cm.



## Verloop proef

### 1. Werkwijze

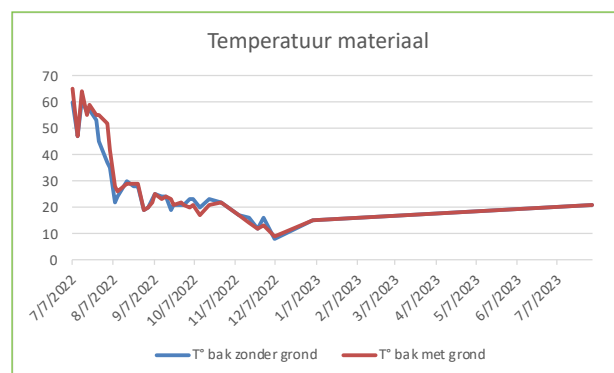
Gedurende vijf maanden (nl. van 13 juli tot en met 6 december 2022) werd de temperatuur van het materiaal in de bakken twee maal per week opgevolgd. Eén keer per maand werd de volumevermindering van het materiaal gemeten. In 2023 werd nog een meting gedaan op 4 januari en 20 juni. Na iets meer dan een jaar (op 2 augustus 2023) werd het resultaat beoordeeld. Er werd zo min mogelijk tussengekomen in het composteringsproces. Het materiaal in de bakken werd één keer omgezet (nl. op 23 november 2022) en er werd daarbij 80 liter water toegevoegd aan beide bakken. Verder werden geen toevoegingen gedaan. De bakken waren niet afgedekt, waardoor het materiaal bij droogte wat uitdroogde en bij regenweer extra vocht kreeg.

### 2. Vaststellingen

De mengeling van het organisch materiaal was zeer luchtig, vooral door de gehakselde ligustertakken. De zwaardere, losse tuingrond zakte al bij het vullen van de rechterbak enigszins naar beneden. In juli en augustus 2022 viel er amper regen. Het organisch materiaal werd bovenaan erg droog, maar men opteerde ervoor tijdens deze droogteperiode geen water toe te voegen. Door de luchtige structuur van het materiaal zou het water toch niet goed opgenomen hebben en dus verspild worden; vandaar deze keuze. Bij het omzetten van het materiaal later op het jaar stelden we vast dat er in het composterend materiaal zones waren die nog altijd te droog waren, ondanks de regen in de herfst. Daarom werd ervoor geopteerd om tijdens het omzetten toch extra water toe te voegen.

#### Temperatuur:

Vlak na het vullen van de bakken, piekte de temperatuur binnenin: 61°C in de bak links met enkel organisch materiaal en 64°C in de bak rechts met organisch materiaal én grond. De eerste maand was de temperatuur in de rechterbak met grondresten steeds enkele °C hoger dan die in de linkerbak. Tegen eind augustus daalde de temperatuur in beide bakken tot ±20°C. In oktober en november was de inhoud van de linkerbak dan weer iets warmer. Het omzetten van het materiaal op 23 november had nauwelijks effect op de temperatuurontwikkeling in beide bakken: + 4° links, + 1° rechts.



Bij de laatste twee metingen in 2023 was de temperatuur in beide bakken gelijk (15° op 6 januari en 21° op 1 augustus). Op basis van de temperatuurontwikkeling en -bereik stellen we vast dat de compostering beter op gang kwam in de bak met grondresten tijdens de eerste zes weken van de proef. Dat de



# Grond-grondiger-gegrond



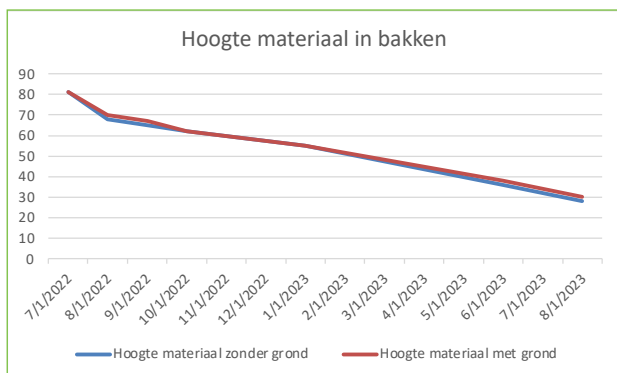
bak met grondresten iets warmer werd tijdens de droge en warme zomermaanden, had mogelijks te maken met de absorptie van de warmte door de (donkerkleurige) gronddeeltjes. Tijdens de natte en koele herfstmaanden, koelde de vochtige grond het organisch materiaal dan weer af.

**We onthouden dat de bak mét grond beter scoorde, maar dat het verschil in temperatuurontwikkeling en -bereik tussen de twee bakken uiteindelijk klein is.**

## Volumevermindering:

Na het vullen van de bakken op 13 juli 2022 lag het materiaal in beide bakken dus 81 cm hoog. Bij het einde van de proef op 2 augustus 2023 lag het materiaal in de linkerbak zonder grond 28 cm hoog en dat in de rechterbak met grond 30 cm hoog, een verschil van 2 cm of 24 liter (0,2dm x 12dm x 10dm – zie afmetingen compostbak). Het volume van de bak met enkel organisch materiaal (links) was verminderd tot 35% van het oorspronkelijk volume (28/81). In de rechterbak was bij aanvang 80 liter grond toegevoegd en in de linkerbak 80 liter zuiver organisch materiaal. Grond composteert niet en behoudt dus zijn volume. Organisch materiaal composteert wel. Van de extra toegevoegde 80 liter zuiver organisch materiaal, hielden we in de linkerbak dus nog 28 liter over (80 x 0,35). In de rechterbak hadden we 80 liter extra grond. We verwachtten bijgevolg op het einde van de proef 52 liter méér volume in de rechterbak met grond dan in de linkerbak. In realiteit was het verschil slechts 24 liter.

**Op basis van de volumevermindering stellen we vast dat het organisch materiaal in de bak mét grondresten iets beter composteerde dan in de bak zonder grondresten, al is het verschil ook hier weer klein.**



*Noot: Een belangrijke kanttekening die moet gemaakt worden, is het feit dat veel toegevoegde leemgrond door zwaartekracht én regen naar beneden gespoeld is en meer onderaan op de bodem van de compostbak is terecht gekomen. Het is niet mogelijk om precies te bepalen hoeveel grond er op het einde van de proef nog tussen het organisch materiaal zat.*

## Aanwezige organismen:

Zowel tijdens het omzetten in november 2022 als tijdens het oogsten in augustus 2023 waren er weinig - visueel waarneembare - bodemdieren en compostorganismen aanwezig in elk van de compostbakken.

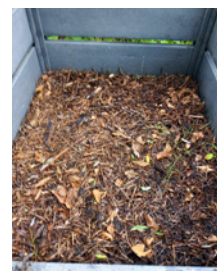
## Compost:

Zowel in de bak mét als in de bak zonder leemgrond verkregen we halfverteerde tot verteerde compost. De toplaag van onverteerde takjes was iets dikker in de linkerbak zonder grond. In

de massa van de bak mét grond troffen we minder onverteerde takjes aan. Beide bakken brachten een vochtige en kruimelige massa voort, maar deze uit de rechterbak voelde minder luchtig aan door de aanwezige grond. Er was ook een kleurverschil. De compost mét grond was iets bruiner en je kon de korrels van de gronddeeltjes ook duidelijk zien. Afgaande op het aantal onverteerde takjes, zou kunnen gesteld worden dat het organisch materiaal in de bak mét grondresten iets beter composteerde dan in de 'zuivere' bak.

## Plantengroei:

Opvallend was de plantengroei in de rechterbak naar het einde van de proef toe. In de linkerbak zonder grond vonden we 7 kleine kiemplantjes. In de rechterbak mét grond groeiden echter enkele forse planten als akkerkool, gras, haagwinde, vogelmuur en nog een tiental kleine scheutjes. Inwaai van de zaden van zoveel plantensoorten is erg onwaarschijnlijk. Een deel van de zaden zat sowieso in het inputmateriaal (zijnde de leemgrond).



## Conclusie

We vergeleken de compostering van organisch materiaal mét en zonder grond in twee identieke compostbakken. Het organisch materiaal mét grond kreeg de eerste zes weken een iets hogere temperatuur. Na een jaar was de volumevermindering iets groter en troffen we minder onverteerde takjes aan in de compostbak mét grond. We zagen geen verschil in aanwezige organismen tussen de compostbakken mét en zonder grond. Alhoewel een deel van de grond naar de onderkant van de compostbak uitspoelde, waren de gronddeeltjes in het eindproduct van de bak mét grond duidelijk zichtbaar en voelbaar. Ze zorgden ook voor plantengroei in de bovenlaag.

**Het composteerproces verliep kennelijk iets beter in de compostbak mét grond, maar de aanwezigheid van die grond zorgde tegelijk ook voor iets onzuiverder compost en dat veroorzaakte (meer dan waarschijnlijk) plantengroei in de compostbak.**

Een beetje grond in de compostbak lijkt het composteerproces niet te schaden. Vooraleer je besluit om die kluit grond niet van je onkruid te schudden, toch graag deze belangrijke opmerking. In bovenstaande proef maakten we een homogene mengeling van organisch materiaal en fijne gronddeeltjes. Wie echter hele planten met wortelkluiten in de compostbak gooit, creëert een andere situatie met grof materiaal, levende wortels, grote holtes tussen het organisch materiaal en wellicht ook méér dan de 6% grond die in deze proef werden toegevoegd. Is een beetje grond niet nadelig, dan kan een té onzorgvuldig beheer van je compostbak de compostering toch belemmeren.

*Voor uitvoering en verslag van deze proef danken we Sylvie Vandekerckhove, medewerker Comité Jean Pain vzw, van harte.*



# VIS, VLEES OF BELEG? DAT GOOI IK NOOIT

Op 29 september is het internationale dag tegen voedselverlies (oftewel International Day of Awareness of Food Loss and Waste) en dan zetten veel organisaties acties op poten om het thema meer onder de aandacht te brengen. Neem alvast een kijkje op [www.dekost-winners.be](http://www.dekost-winners.be) en ontdek alle partners die de strijd tegen voedselverlies aangaan.

In de periode rond 29 september, namelijk in de maanden september en oktober, organiseert Vlaco een challenge voor alle intercommunales en hun inwoners. In de eerste plaats geven we meer bekendheid aan de Plan-eet app en tegelijkertijd kan iedereen de tips en tricks in de app ontdekken om thuis minder voedsel te verspillen. Doe jij mee? En spoor je ook je familie, vrienden en kennissen aan om mee te doen? Lees hieronder hoe jij of je intercommunale in de prijzen kan vallen!

## Plan-eet

**Red de restjes? Ready, set, (h)app!**

Plan-eet, een app boordevol tips & tricks die je helpen om voedselverspilling tegen te gaan. Denk aan technieken om voedsel optimaal te bewaren, leuke recepten om restjes in te verwerken tot zelfs tips om in de winkel enkel te kopen wat je nodig hebt.

iOS  Android 

Download Plan-eet en win een geschenkpakket t.w.v. 50 euro!\*

\* Actievoorwaarden: [vlaco.be/wedstrijd](http://vlaco.be/wedstrijd)

## MINDER AFVAL? DAT WILLEN WE TOCH ALLEMAAL!

De smakelijkste manier om het volume van je restafvalzak te verkleinen? Simpel: we eten de restjes op! Want bijna een kwart van het restafval bestaat uit eetbare voeding.

Maar dat ligt nu in het verleden, daar zorgen we samen voor! We dagen je namelijk uit voor een challenge: geen eetbaar voedsel meer in het restafval. Hoe we dat kunnen klaarspelen? Daarvoor staken we ons licht op bij echte restjesspecialisten. Ze gaven ons heerlijke tips over hoe je best voeding bewaart, hoe lang je iets kan bewaren, hoe je lekkere gerechtes van overschot kan maken ... En die tips & tricks, die delen we graag met jou in de gratis Plan-eet app. Met de app kan je een inschatting maken van hoeveel voedsel je zelf weggooit. Dat kost wat moeite, maar je zal zo fier zijn als je zwart op wit je vorderingen kan aantonen.

## REGISTREER IN DE PLAN-EET APP = ALTIJD PRIJS!

Hebben we je hongerig gemaakt voor een Vlaco-geschenkpakket t.w.v. 50 euro? Registreer je dan in september of oktober 2023 in de Plan-eet app! Elke 50<sup>ste</sup> persoon die zich registreert, ontvangt een geschenkpakket\*. Geen geschenkpakket gewonnen? Geen nood, weet dat je sowieso hebt bijgedragen aan het beperken van voedselverlies! En alsof dat nog niet genoeg is, kan je met je opgedane kennis tot wel bijna 369 euro per jaar besparen op je huishoudinkopen. Dat smaakt naar meer, toch?

Als kers op de taart zou in jouw stad of gemeente de Red-de-restjestruck met heerlijke, gratis restjeshapjes zomaar kunnen neerstrijken. De afvalintercommunales in Vlaanderen strijden namelijk voor een podiumplaats om de meeste restjesredders. Zorg jij er mee voor dat jouw intercommunale wint?



De drie intercommunales die de meeste nieuwe registraties tellen, krijgen één dag de Red-de-restjestruck boordevol lekkere hapjes op bezoek op een evenement naar keuze. Wie weet houdt de foodtruck wel in jouw gemeente halt?

*Deze actie kadert in de campagne Internationale dag tegen voedselverlies (IDAFW) en wordt georganiseerd door Vlaco vzw in samenwerking met de afvalintercommunales.*

*\* Je vindt de actievoorwaarden op [vlaco.be/wedstrijd](http://vlaco.be/wedstrijd)*





## PIZZABROODJES

Gezonde pizza met rode blos

### INGREDIËNTEN

- 400 g witte tarwebloem
- 1 eidooier
- 2 dl water
- 20 g verse gist
- 8 g zout
- 25 g vetstof
- restje tomatensaus (zoals bolognese, tomaten-linzen ...)
- 100 g geraspte kaas

### BEREIDING

- Doe de bloem op het werkvlak.
- Maak in het midden een kuil, waarin je de dooier, het water en de gist doet. Aan de buitenrand van de bloem doe je zout en vetstof.
- Meng alles 'vanuit het midden' tot je een soepel deeg krijgt.
- Kneed ruim 10 minuten en dek het deeg af met een doek.
- Laat het deeg 40 minuten rusten op een warme plaats en kneed vervolgens opnieuw kort.
- Verdeel het deeg in 8 stukken en maak van deze stukken mooie bolletjes.
- Laat 10 minuten rusten. Leg de bolletjes met de onderkant naar boven en duw de lucht uit elk bolletje.
- Plooi dubbel en druk de naad goed dicht. Rol met beide handen tot sandwichvorm. Leg ze op een bakplaat.
- Laat afgedekt op een warme plaats 20 minuten rusten.
- Snijd met een scherp mes overlans in het deeg. Verdeel de tomatensaus in deze snede en laat nog 20 minuten verder rusten (afgedekt op een warme plaats).
- Verwarm de oven voor op 200 °C.
- Bestrooi met geraspte kaas.
- Bak gedurende 25 minuten op 200 °C.

### TIP EN VARIATIE

Maak zelf je tomaten-linzensaus: hak 1 ui en 1 teentje knoflook fijn en fruit in boter; voeg fijngesneden witte selderij en wortel toe, en laat die even meestoven. Voeg wat linzen en tomatenblokjes toe en laat een uurtje pruttelen. Kruid met mediterrane kruiden of een overschot van een bouillonblokje.



© Foto Heikki Verdurne



## CROQUE-CRÉATIF

Creatief zijn? Da's zoiets als wanhopen vol optimisme!

### INGREDIËNTEN

- 4 sneetjes oud brood
- 1 koffielepel mosterd
- 2 sneetjes kaas (of eenzelfde hoeveelheid geraspte gruyère)
- 2 sneetjes overgebleven ham
- 1 ei
- 1 koffielepel water
- Boter

### BEREIDING

- Bestrijk een sneetje brood met de mosterd.
- Beleg dit vervolgens met kaas en ham.
- Dek af met een tweede sneetje brood.
- Kluts het ei met wat water en haal de dubbele boterhammen door dit mengsel.
- Laat een eetlepel boter smelten in een pan en bak de dubbele boterhammen gedurende 8 tot 10 minuten, tot ze aan beide kanten goudbruin zijn. Je kunt je croque ook in een croque-apparaat bakken zonder boter, of in een grillpan.

### TIP EN VARIATIE

Wie sneetjes brood heeft, kan er in se van alles croquesgewijs tussen stoppen en vervolgens bakken.

- Croque parma: kaas, gedroogde ham, rucola, vijgen.
- Croque zalm: gerookte zalm, kruidenkaas en eventueel wat verse kruiden.
- Croque 'with love': gestoofd witloof, spekblokjes en kruidenkaas.
- Croquarella: gebruik mozzarella, en leg ook basilicum, tomaat, olijfstukjes of pesto tussen de sneetjes brood.



© Foto Heikki Verdurne



Kort#Krachtig



# VLAANDEREN VRAAGT?

## VLAANDEREN VRAAGT

### colofon

#### Uitgave van Vlaco vzw

**Eindredactie:** Kristof Van Stichelen,  
Elfriede Anthonissen,  
Kristel Vandenbroek

**Vormgeving en druk:** Drukkerij Buroform

**V.U.:** Philip Peeters  
Jubellaan 155, bus 102,  
2800 Mechelen

**Redactie-adres:** Vlaco vzw  
Team ThuisKringlopen  
Jubellaan 155, bus 102  
2800 Mechelen  
Tel.: 015 451 370  
thuiskringlopen@vlaco.be  
www.vlaco.be

Ondernemingsnummer: 0477.445.657  
RPR Antwerpen, afd. Mechelen

Het geheel of gedeeltelijk overnemen van artikelen  
is toegelaten, mits bronvermelding.

Vlaanderen Vraagt is een nieuw programma op VTM waarin Christophe Haddad (beter gekend als het personage Bob uit de serie Thuis) en Belinda Voorspoels Mercedes met behulp van kenners op zoek gaan naar de antwoorden op vragen, die in Vlaanderen leven. Dat kunnen maatschappelijke vragen zijn, zoals hoe te besparen op je energierekening. Maar ook meer technische vragen of juist zorg gerelateerde vragen gaan ze niet uit de weg. Geen vraag is hun te gek.

En zo kwamen ze bij **Vlaco** terecht met de vraag wat dat kringlopen thuis nu juist inhoudt. De filmploeg kwam langs in een kringlooptuin om het voor hen en voor de kijkers duidelijk te maken. Je kan de korte uitzending op twee momenten bekijken op verschillende zenders:

→ Zondag 5 november november 2023 12:00 uur - 12:30 uur VTM 1

→ Zaterdag 11 november 2023 15:30 uur - 16:00 uur VTM 2