



6 tips voor een natuurvriendelijke (balkon)tuin

Het is lente; het donkere binnenzit-seizoen is voorbij. Met een beetje geluk heb je een balkon of (gedeelte) tuin waar je kan genieten van groen, zon en een koud drankje. Maar hoe zorg je ervoor dat jouw kleine stukje groen echt natuurvriendelijk is? Entomoloog Hanneke Suijkerbuijk, landschapsecoloog Nils van Rooijen en onderzoeker Stedelijk Groen Joop Spijker helpen je op weg.

Tekst Coretta Jongeling • Illustratie Shutterstock

1

Kies voor inheems

Suijkerbuijk: 'De beste planten voor je tuin of balkon zijn inheemse planten, omdat die verbonden zijn met de insecten hier. Daardoor kunnen die planten niet alleen de lokale insecten voeden, doordat ze de juiste voedingsstoffen hebben, maar zijn deze voedingsstoffen ook op het juiste moment beschikbaar. Op dit moment zie je bijvoorbeeld veel gehoornde metselbijen, die zijn in mei alweer klaar met hun vliegperiode. Die hebben dus nu een geschikte voedselplant nodig. Inheemse planten en de insecten die ervan eten zijn aan elkaar gewaagd; de plant kan zich goed genoeg verdedigen om met de vraat om te gaan, de insecten kunnen goed genoeg met de verdediging omgaan om voldoende eten te hebben.'

3

Laat onkruid opkomen

Suijkerbuijk: 'Als je een kale tuin snel en goedkoop gezellig wilt maken, laat dan onkruid opkomen. Op het moment dat het een klein plantje is met een paar blaadjes kan je met een app zoals *ObsIdentify* zien welke plant het is. Is het een soort die je mooi vindt? Laat hem dan staan, of graaf hem uit en plant 'm ergens anders. Paardenbloemen bijvoorbeeld zijn een goede voedselplant voor insecten, omdat ze veel nectar en stuifmeel geven.' **Van Rooijen:** 'Vorig jaar heb ik een heggerank, een klassiek onkruid, laten uitgroeien in mijn tuin. Toen die begon te bloeien met een beetje groenige, niet hele opvallende bloemen, begon het te zoemen. Bleken er heggerankbijen op te zitten. Zo'n rode lijstsoort-bij. Die weet die ene plant meteen te vinden.'

2

Let op gif

Suijkerbuijk: 'Wat je vooral niet moet doen, is planten met gif in je tuin of op je balkon zetten. Helaas zijn veel planten uit het tuincentrum opgekweekt met gif en dat zit nog steeds op en in de plant als je die koopt. Zelfs planten met het label bijvriendelijk, kunnen gif bevatten. Kies bij planten en zaden dus echt voor biologisch, dan heb je garantie dat er geen gif op zit.'



4

Maak een vijvertje

Suikerbuijk: 'Veel insecten hebben een deel van hun levenscyclus in het water, zoals libellen en gaasvliegen. Als je ruimte hebt voor een watertje in je tuin, dat hoeft helemaal niet groot te zijn, dan kunnen die daar leven. Zet er een paar waterplantjes in en het wordt al snel een klein ecosysteem. Op een balkon is dat minder handig, muggenlarven leven ook graag in water en vanaf het balkon zijn ze wel erg snel in je slaapkamer.'

5

Maak het haalbaar

Spijker: 'Ik ben zelf eerlijk gezegd geen ontzettende tuinier. Ik kan er mooi over vertellen, maar het moet voor mij wel een beetje praktisch blijven. Heb je weinig tijd, plant dan bollen. Die komen elk jaar opnieuw op. Ik heb bollen en een vlinderstruik op mijn balkon. Ik woon op zes hoog en er komen veel insecten op af.' **Van Rooijen:** 'Je hoeft niet veel te doen in je tuin. Rommeligheid is juist goed en veel van de planten die wij als onkruid zien bloeien mooi en trekken insecten aan. Het hoeft niet steeds gemaaid en geschoffeld te worden. Sterker nog, schoffelen zorgt voor meer onkruid.'



6

Zorg voor diversiteit

Van Rooijen: 'Wil je het meeste uit je tuin halen, zet dan in op biodiversiteit. De basis is een grasveld dat je iets laat verwilderen. Stap twee is een vijvertje aanleggen (zie tip 4). Daarnaast kan je er een boom in zetten en wat heesters. Wil je verder gaan, maak dan een muurtje, dat je een beetje openwerkt. En een stapeltje hout met wat takken, zodat daar dieren in kunnen zitten. Op die manier krijg je een enorme diversiteit aan landschapjes met daartussen gradiënten, dus overgangen. Biodiversiteit piekt op het moment dat er heel veel gradiënten in een kleine omgeving zijn.'

Suikerbuijk vult aan: 'Let ook op bloeitijd. Als er in de lente, zomer en herfst verschillende planten bloeien, dan is er elk moment van het jaar iets te vinden voor insecten. Je kan daarnaast denken aan dag- en nachtbloeiers, de teunisbloem is bijvoorbeeld heel geschikt voor nachtvlinders. Een ander voordeel van diversiteit in je tuin is dat je de kans op plagen vermindert. Misschien dat één struik onder de bladluis zit, maar als er niet een hele rij van diezelfde planten staat, is de kans klein dat de bladluizen overstappen van plant naar plant.'

Met een groene tuin doe je niet alleen de insecten en andere dieren een plezier, het is ook goed voor jezelf. Spijker: 'Mensen met een groene tuin hebben minder last hebben van gezondheidsproblemen zoals beroertes, hart- en vaatziekten en darminfecties, blijkt uit onderzoek waaraan ik ook heb meegewerkt. Daarnaast is een groene tuin klimaatbestendiger. In een hete zomer is een groene tuin 's nachts tot wel tien graden koeler, en bij veel regenval infiltreert een deel van het water in de bodem en loopt het riool minder snel over.'