

# Persbericht

## Leer in 1 dag Gezond Moestuineren

INSPIRERENDE DAGCURSUS ECOLOGISCH MOESTUINIEREN  
VOOR MENSEN MET TUINERVARING ËN VOOR BEGINNERS

door Janneke Tops van Gezonde Moestuin

**Datum:** 22 november 2018, van 10:00 tot ca. 16:00 uur  
**Locatie:** Amsterdam vlakbij Mauritskade, Zendojo  
**Meer info:** [www.gezondemoestuin.nl](http://www.gezondemoestuin.nl)  
**Aanmelding:** per e-mail naar [janneketops@gmx.com](mailto:janneketops@gmx.com)  
of via de website [www.gezondemoestuin.nl](http://www.gezondemoestuin.nl)

Zelf gezonde groenten telen hoeft niet moeilijk te zijn, en is leuk en uitdagend. Na deze cursusdag heb je een goede basis om te beginnen of is je al aanwezige tuinervaring aangevuld en verfrist. Dankzij duidelijke uitleg over de achtergronden, praktische tips en een persoonlijk tuinadvies voor iedere deelnemer. Janneke Tops van Gezonde Moestuin verzorgt door het hele land (dag)cursussen en lezingen om beginnende en gevorderde moestuiniers (verder) op weg te helpen in hun moestuin en hen te voorzien van raad en daad.

De cursusdag begint met een presentatie over de levende moestuinbodem, wat de basis is voor gezonde en groeiachtige planten. Dan volgt een uitleg over composteren, on(gewenste) kruiden, combinatieteelten, natuur in de tuin (waaronder slakken), verschillende manieren van tuinieren (kleinschalig bij huis, volkstuiinaanpak en permacultuur) en allerlei praktische tips. 's Middags kan iedere deelnemers een persoonlijk tuinadvies krijgen en is er ruimte voor alle tuinvragen die er nog zijn. Er is daarom plaats voor maximaal 10 à 12 deelnemers. Het is een intensieve dag waarmee je jaren vooruit kunt en veel inspiratie zult opdoen.

**Voor wie.** De cursus richt zich zowel op beginners als moestuiniers met tuinervaring.

**Janneke Tops** heeft in Wageningen biologische landbouw gestudeerd, en was vervolgens 13 jaar ecologisch tuinder op 2 ha groenteteelt op een ecologische leefgemeenschap in Frankrijk. Sinds 2012 is ze weer in Nederland en verzorgt ze vanuit haar bedrijf 'Gezonde Moestuin' cursussen, lezingen en advies over gezond moestuinieren. Dankzij haar heldere, deskundige en inspireerde stijl heeft ze al vele honderden moestuinders een stap verder geholpen.

Onderaan dit persbericht treft u enkele reacties aan van cursisten die de dag al eens gevolgd hebben.

Meer informatie over Janneke Tops op [www.gezondemoestuin.nl](http://www.gezondemoestuin.nl)

.....

### Noot voor redactie

Meer info: Janneke Tops; tel 0599 785 416; web: [www.gezondemoestuin.nl](http://www.gezondemoestuin.nl)

**Afbeeldingen** (rechtenvrij), in de bijlage van deze e-mail:

## Reacties van enkele deelnemers aan eerdere cursusdagen

De afgelopen jaren is de ééndaagse moestuincursus op verschillende plaatsen verzorgd, en zijn de deelnemers enthousiast. Begin februari 2016 werd de moestuincursus in Breda verzorgd, in het natuureducatieve centrum Boerderij Wolfslaar. **Cursist Jan** verbouwt al 40 jaar zijn eigen groenten, maar heeft desalnietemin nog veel nieuwe dingen geleerd. *'het enthousiasme van Janneke deed me veel, ik heb veel nieuwe dingen gehoord en en ga weer wat nieuwe dingen uitproberen dit seizoen'*. **Cursiste Jolinde**: *'Ik dacht eerst: o, hemeltje, moestuinieren, dat kan ik nooit. Ik deed mee met de cursus om mijzelf over de drempel te helpen, en dat is gelukt! Ik heb heel veel goede, onderbouwde en heldere informatie gekregen, en de prettige sfeer die Janneke uitstraalt enthousiasmeert enorm! Iets wat complex lijkt, kan ook heel eenvoudig gemaakt worden. Door bijvoorbeeld gewoon te beginnen met een wisselteelt met 6 vakken, dan zit je altijd goed. Deze cursus is absoluut een aanrader voor elke beginnening en elke "be-oefenaar"'*.

In februari 2016 konden cursisten de dagcursus volgen bij Duurzaamheidscentrum De Groene Golf in Deventer. **Bram en Rozemarijn** waren daar van de partij: *'Na onze verhuizing van Groningen naar Schalkhaar wilden we een eigen ecologische moestuin beginnen. Wij eten al vele jaren vooral biologische producten, maar ze zelf kweken op eigen bodem zou nog beter zijn. De cursus was zeer informatief en enthousiast gebracht.* **Bram**: *'een gezonde bodem blijkt heel belangrijk te zijn voor een goed resultaat, dat is me wel duidelijk geworden. En we kregen veel tips wat we zelf kunnen doen om de bodem goed te verzorgen zodat groenten er goed op kunnen groeien.'* **Rozemarijn**: *'Janneke is zeer deskundig, heeft heel veel praktische kennis in huis en ze strooit daar kwistig mee in de rondte, ze heeft ons echt warm gemaakt voor onze nieuwe hobby.'* **Cursist Hans** verwoordt het zo: *Het deelnemen aan de basiscursus ecologisch moestuinieren heeft mij vanalles gebracht:*

- mijn aandacht in de tuin is nu meer op de bodem gericht. Ik ben gaan zien, dat je primair de bodem moet verzorgen en vervolgens de groente-planten. Je hebt mijn blik verruimd naar de samenhang van bodem, water, gewas. Ik was meer gericht op goede opbrengst.
- ik heb een bodemanalyse aangevraagd, bij Gaiabodem.
- de cursus heeft me duidelijk gemaakt dat moestuinieren ook een meerjaren-bezigheid is. De bodem is niet meteen goed, je leert over de jaren beter met de gewassen omgaan. Niet alles lukt elk jaar.
- Ik zou de cursus zeker aanraden aan anderen, beginners zowel als gevorderden. En gelukkig wordt het langzaam beter weer. De pootaardappeltjes staan in het licht, de zaaitafels staan klaar in de kas. Heerlijk om weer buiten bezig te zijn.'