



Maak een groene oase
van jouw tuin, balkon
of dakterras

NATUUR
& MILIEU

Laat zien dat het kán

Welkom in de wereld van duurzaam tuinieren

Of je nu een tuin, balkon of dakterras hebt: er zijn een hoop manieren om je buitenruimte om te toveren tot een groene oase. Een die niet alleen mooi is, maar ook bijdraagt aan een gezonde planeet.

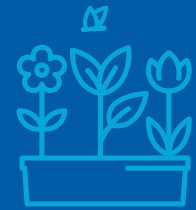
Maar wat betekent 'duurzaam tuinieren' eigenlijk? Dit houdt in dat je bewust omgaat met wat de natuur ons geeft en zorgt voor de planten en dieren in jouw omgeving. En het fijne is: iedereen kan hier een steentje aan bijdragen!

Maar... waar begin je? Daar helpt deze gids je bij. In simpele stappen leggen we uit hoe je je tegels vervangt door groen, inheemse planten kiest, water bespaart en een veilige plek geeft aan de dieren in jouw tuin. Geen zorgen

als je geen groene vingers hebt, want iedereen kan hiermee aan de slag.

Iedereen kan hier een steentje aan bijdragen!





Biodiversiteit

Biodiversiteit is een term die je vaak hoort als je aan de slag gaat met duurzaam tuinieren. Dit is de verzamelnaam voor alle soorten leven in een bepaald gebied. Denk aan planten, dieren, insecten en micro-organismen. Een biodiverse tuin zorgt ervoor dat deze soorten blijven bestaan, wat heel belangrijk is voor een gezonde en evenwichtige natuur.



Tuin vs tegels

Een tuin vol tegels lijkt misschien makkelijk, maar wist je dat deze juist meer onderhoud kan geven? Kies je voor struiken, bomen, vaste planten en bodembedekkers in plaats van tegels of gras, dan heeft je tuin uiteindelijk bijna geen onderhoud meer nodig. Als planten op de juiste plaats staan, kunnen ze zichzelf hartstikke goed onderhouden. Dat doen ze per slot van rekening in de natuur ook zelf. Tegels daarentegen krijgen groene aanslag of er komt onkruid tussen de voegen, wat betekent dat je vaker aan de slag moet.

De voordelen van groen

- Groen zorgt voor een betere regeling van de **temperatuur**. In steden met veel bestrating kan het tot wel 8 graden warmer worden dan in groene gebieden. Dit heet het 'hitte-eilandeffect'. Planten en bomen helpen door schaduw te bieden en water te verdampen, wat verkoelend werkt. De schaduw van een boom werkt zelfs meer verkoelend dan een overkapping of parasol.
- Groen is heel belangrijk voor de **waterhuishouding**. We hebben steeds vaker te maken met droogte of juist met grote plensbuien. Bij plensbuien laten tegels regenwater niet door, waardoor het water óf op de tegels blijft staan óf het riool instroomt, wat bij grote stortbuien overbelast raakt. Het vieze rioolwater stroomt dan ongefilterd het oppervlaktewater – lees: jouw zwembad – in. Door tegels

te vervangen door groen kan het water de bodem in. Zo raakt het riool niet overbelast én wordt het grondwater aangevuld, wat weer belangrijk is voor de droge periodes. En jouw terras staat niet blank!

- Een groene tuin biedt ook een **toevluchtsoord** voor insecten, vogels en kleine dieren. Door bijvoorbeeld heggen te planten in plaats van houten schuttingen te plaatsen, kunnen dieren zoals egels en vogels zich vrij bewegen en kunnen ze schuilplaatsen vinden.

Kies je toch voor tegels of andere verharding in je tuin, ga dan voor **natuurlijke materialen** zoals (gerecycled) hout. Of 'betegel' je tuin met grind, schelpen of split, zodat het water erdoorheen kan sijpelen. Je kunt ook kiezen voor tegels die water doorlaten of voor staptegels met groen eromheen. Hergebruik daarnaast wat mogelijk is. Zoek op Marktplaats naar materialen en verwerk oude tegels uit je tuin in een stapelmuurtje.

Feit of fabel? Een tuin vol tegels is makkelijker te onderhouden dan een groene tuin





In een notendop:

- Tegels eruit, planten erin
- Gebruik natuurlijke materialen
- Hergebruik bestaande materialen



Planten en bomen

Zo, de tegels zijn gewipt. Jij bent overtuigd van meer groen in je tuin en gaat vol enthousiasme op weg naar het tuincentrum om je tuin-zonder-tegels vol te planten. Maar... hoe nu verder? De juiste plantenkeuze is heel belangrijk voor een biodiverse tuin, maar jij ziet door de bomen het bos – of door de planten het tuincentrum – niet meer. Tijd voor wat tips.

Hoe kies je de juiste planten?

- We beginnen bij het belangrijkste: **de juiste planten** zijn planten die passen bij de natuurlijke omstandigheden van jouw tuin, zoals het bodemtype en de hoeveelheid zonlicht. Om een voorbeeld te geven, op zandgrond stroomt water veel sneller weg dan op kleigrond en zul je dus planten moeten kiezen die beter tegen droogte kunnen.
- Kies voor **biologische planten!** Deze worden zonder kunstmest of chemische bestrijdingsmiddelen gekweekt, wat beter is voor de bodem, de insecten, dieren en voor onszelf. Helaas maar waar: niet-biologische planten zijn vaak schadelijk of zelfs dodelijk voor insecten. Dat is natuurlijk niet wat je wil met je mooie groene tuin. De meeste reguliere tuincentra hebben (nog) geen goed aanbod aan biologische planten, maar gelukkig is er de biotuinwijzer. Hier vind je een handige kaart met biologische kwekers in Nederland.

→ Kies voor **vaste planten**: die komen jaar na jaar terug, waardoor je minder vaak nieuwe planten hoeft te kopen. Beter voor je portemonnee en lekker duurzaam dus. Denk aan lavendel, salvia of geranium. Deze bloeien niet alleen mooi, maar trekken ook veel bijen en vlinders aan. Vaste planten verbeteren de structuur van de bodem met hun diepere wortels en bieden schuilplaatsen en voedsel voor insecten en kleine dieren.

→ Wil je er nog een schepje bovenop doen, kies dan voor **inheemse planten**. Dat zijn planten die van nature in Nederland voorkomen, zoals de wilde margriet of duizendblad. Deze planten zijn namelijk afgestemd op het leven in Nederland; ze bieden voedsel en leefruimte voor de insecten en vogels die van nature in Nederland wonen. Ook zijn ze vaak beter aangepast aan het Nederlandse klimaat, waardoor ze robuuster zijn en minder onderhoud vragen.



Aan deze keurmerken kun je zien of een plant biologisch is:

EU-biologisch / EKO / Demeter / On the way to PlanetProof

Controleer wel altijd goed het logo, want sommige logo's kunnen misleidend zijn. Zo wordt er vaak aangegeven dat een plant een insecten- of vlindertrekker is, maar dat betekent niet dat deze biologisch is.



Durf jij buiten de gebaande (groene) paden te gaan? Ga dan eens hiermee aan de slag.

Tips voor de avontuurlijke tuinier

- ➔ Vervang je gazon door **bodembedekkers**, zoals maagdenpalm of kruipijm. Deze planten dekken de bodem af, onderdrukken onkruid en hebben minder water en onderhoud nodig dan gras. Ook trekken bodembedekkers bijen en andere belangrijke bestuivers aan, waardoor ze direct bijdragen aan de biodiversiteit in je tuin.
- ➔ Geef je huis of schuur een **groen dak**, bedekt met planten. Dit kan een eenvoudige lage sedum zijn maar je kunt ook helemaal losgaan met een daktuin vol struiken en kleine bomen. Groene daken hebben veel voordelen: ze isoleren je huis, dempen geluid, bufferen regenwater en zorgen voor verkoeling in de zomer. En ze zijn een lievelingsplek voor insecten en vogels. (Let op: niet elk dak kan het gewicht van een groen dak dragen. Controleer de draagkracht van je dak en raadpleeg zo nodig een specialist voordat je aan de slag gaat.)
- ➔ Wist je dat je in veel gemeenten **subsidie** kunt aanvragen voor de aanleg van een groen dak? Dit kun je navragen bij je gemeente, of kijk op de [groene subsidiewijzer](#) van Milieu Centraal. Voor iedere gemeente vind je hier een actueel overzicht van de beschikbare subsidies, bijvoorbeeld voor het plaatsen van een regenton of het vervangen van tegels door planten.

Heb je geen tuin?

Geen probleem! Ook met een klein balkon of dakterras kun je aan de slag.

- ➔ Ga **verticaal tuinieren**. Dit is een creatieve oplossing om meer groen in een kleine ruimte te brengen. Hangende plantenbakken of klimplanten toveren een kale muur binnen no time om tot een groene oase.
- ➔ Maak een **geveltuintje**. Een fantastische manier om een grijze straat groen te maken. Door planten tegen je gevel te zetten, zorg je voor een verkoelend effect in de zomer en draag je bij aan een gezonde leefomgeving. Geveltuintjes trekken insecten aan, verbeteren de luchtkwaliteit en helpen om wateroverlast te voorkomen.
- ➔ Adopteer een **boomspiegel** in jouw gemeente. In verschillende gemeente kun je het stukje grond rondom een boom adopteren. Zo fleur je de straat op met planten of bloemen. Voorbijgangers blij, natuur blij, jij blij.
- ➔ Kijk wat voor **buurtinitiatieven** er bij jou in de buurt zijn. Denk aan een gedeelde moestuin, groenstrook of bloembakken in de straat. Zo draag je niet alleen een steentje bij aan een groene leefomgeving, maar je leert meteen je buurtgenoten kennen.



In een notendop:

- Kies de juiste plant voor de juiste plek
- Kies biologische planten
- Kies vaste planten
- Kies inheemse planten
- Kijk of je buiten de gebaande paden durft te gaan!

Water

Water is onmisbaar. Voor jou, maar ook voor je tuin. Maar hoe ga je hier slim mee om? In Nederland krijgen we steeds vaker te maken met extreem weer: flinke plensbuien óf juist lange, droge periodes. Gelukkig kun je met slim waterbeheer je tuin hierop voorbereiden. Zo kun je regenwater opslaan tijdens natte dagen en het inzetten wanneer je tuin dit het hardst nodig heeft.

Maar hoe doe je dat?

- ➔ **Vang het water op voor later.** Regenwater kun je eenvoudig bewaren en inzetten wanneer je het nodig hebt.
 - Zet een **regenton** neer. Dit is de simpelste oplossing. Past in elke tuin, maar kan ook makkelijk aan de regenpijp op je balkon gemonteerd worden.
 - Leg een **ondergrondse tank** neer onder je gazon of terras. Hier kun je grote hoeveelheden water in opslaan voor later gebruik. Zo kun je er je tuin mee sproeien, maar ook je toilet doorspoelen.
- ➔ **Geef het water terug aan de grond.** Als het regenwater de kans krijgt om de bodem in te sijpelen, dan stijgt het grondwaterpeil en wordt het riool minder belast. In droge periodes zijn de planten en bomen in de tuin je dankbaar.
- ➔ **Gebruik infiltratiekratten.** Die zitten onder de grond, houden water vast en geven het vervolgens langzaam af aan de bodem.
- ➔ Maak een **wadi**. Dat is een plek in de tuin die wat lager ligt dan de rest en waar het regenwater vanzelf naartoe stroomt. Of waar je het water heen leidt met een kleine geul, bijvoorbeeld vanaf je regenpijp. In de wadi zakt het regenwater langzaam de bodem in. Het is ook meteen een mooie plek voor oeverplanten, zoals de moerasspirea, dotterbloem of grote kattenstaart. Tip: een wadi kan ook mooi onder een trampoline.
- ➔ Leg een **groendak** aan, begroeid met planten. Dit vertraagt de waterafvoer en vangt water op.
- ➔ Vervuil de tegels in je tuin voor **halfverharding**. Dus materiaal waar water doorheen kan lopen, zoals grind, split of boomschors.
- ➔ Gebruik **compost of mulch** om je bodem te verbeteren. Een gezonde bodem zorgt ervoor dat water beter de grond in trekt en planten langer vocht kunnen vasthouden.

Tip: Kijk of er subsidies zijn in jouw gemeente voor waterbesparende maatregelen, zoals een regenton of de aanleg van een groen dak



In een notendop:

- De regenton in of terug naar de bodem? Onderzoek op welke manieren jij water kunt opvangen in jouw tuin!



Dieren



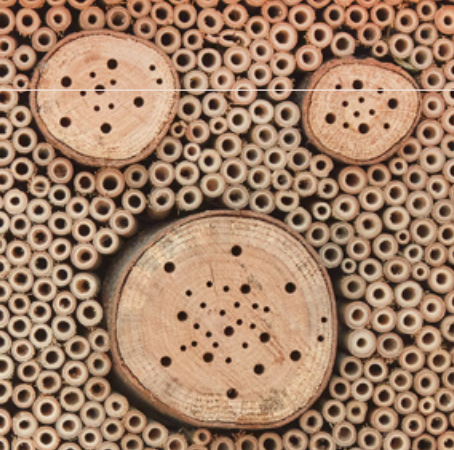
We delen onze natuur met vogels, bijen, torretjes en nog veel meer dieren. Ook van jouw tuin of balkon kun je een plek maken waar dieren zich thuis voelen. Dat doe je makkelijk met deze vier tips.

Dat doe je makkelijk met deze vier tips

- ➔ **Bied voedsel aan.** Misschien denk je nu meteen aan vetbollen of pinda's voor de vogels in de winter. Zeker belangrijk! In het koude seizoen kan voedsel vinden een uitdaging zijn. Maar ook met de manier waarop je je tuin aanlegt – of planten voor je balkon kiest – kun je zorgen dat er het hele jaar eten is voor de dieren. Voor bijen en vlinders is het belangrijk dat er van het vroege voorjaar tot in de late herfst planten in bloei staan. Zorg dus dat er krokussen en sneeuwkllokjes maar ook laatbloeiers, zoals sedums en asters, in je tuin te vinden zijn. Plant vlierbesstruiken en meidoorn voor de vogels. En creëer een gezonde bodem waar insecten en wormen leven, die weer een lekker hapje zijn voor egels en mollen.
- ➔ **Zorg voor water.** Naast voedsel hebben dieren natuurlijk ook water nodig. Bakjes met water op je balkon of in je tuin bieden vogels en insecten een plek om te drinken. Een vijver in de tuin kan zelfs een hele nieuwe wereld van leven aantrekken, van kikkers tot libellen.
- ➔ **Maak schuilplaatsen.** Het is verleidelijk om je tuin netjes opgeruimd te houden, maar voor dieren is wat rommel juist fijn. Laat bladeren en takken lekker tussen je planten liggen in de herfst: dit

verbetert niet alleen de bodem maar is ook een fijne schuilplaats voor insecten, egels en andere kleine dieren. Pas wel op met herfstbladeren op je gras of wintergroene planten, deze kunnen de boel verstikken. Wist je dat veel bijensoorten, zoals solitaire bijen, hun nest in de grond maken? Zorg daarom voor stukjes onbegroeide, losse aarde waar ze kunnen graven. Insectenhôtels, vogelhuisjes of egelhotels kunnen ook helpen om dieren aan te trekken en ze een veilige plek te geven. Of kijk of de dieren makkelijk uit je tuin kunnen glijpen: zorg dat er wat ruimte is tussen je schutting en de grond, of plaats een heg tussen jou en je buren.

- ➔ **Wees voorzichtig met licht.** Wist je dat 70 procent van de zoogdieren 's nachts actief is? Egels, vleermuizen en nachtvlinders kunnen verstoord raken door te veel licht, dus een donkere tuin is een fijne plek voor hen. Kies bijvoorbeeld voor lampen op bewegingssensor, die alleen aan staan als het nodig is, of ga voor lampen met een schakelaar die je 's nachts uitzet. Vermijd blauw licht en kies bijvoorbeeld voor een peertje met amber licht. Voor de parkeerplaats kun je ook voor reflectie in plaats van lampen kiezen.



In een notendop:

- Zorg dat er planten in bloei staan van het vroege voorjaar tot de late herfst.
- Plant struiken met bessen.
- Zet waterbakjes neer of maak een vijver in je tuin.
- Plaats insectenhôtels en vogel-huisjes in je tuin.
- Laat de blaadjes liggen, als schuilplaats voor de dieren.
- Zorg voor doorgangen tussen jouw tuin en die van buren.
- Gebruik zo min mogelijk (blauw) licht.

Maak een thuis voor egels

De egel staat sinds 2024 op de rode lijst van bijna bedreigde diersoorten. Help jij de egel overleven? Maak je tuin groener, plaats een egelhotel en leg samen met je buren een 'egelsnelweg' aan. Dat is een doorgang van 15 bij 15 centimeter in jullie schutting, zodat egels van tuin naar tuin kunnen scharrelen.



Bodem

Wormen, insecten, schimmels, bacteriën: een gezonde bodem zit bomvol leven. Al dat leven zorgt ervoor dat de grond vol voedingsstoffen zit, water vastgehouden wordt en planten er blij in groeien. Oftewel: zorg goed voor je bodem!

Goede basis: zo zorg je voor de bodem

→ **Gif? Nee bedankt.** Het is maar al te makkelijk om naar chemische middelen te grijpen als je een plaag in je tuin wilt bestrijden. Maar dat gif doodt óók nuttige insecten en maakt de bodem schadelijk. Niet doen dus. Gelukkig kan het ook op een andere manier: zet bijvoorbeeld natuurlijke vijanden in, zoals aaltjes tegen slakken of lieveheersbeestjes tegen bladluizen.

→ **Composteren kun je leren.** Kunstmest is helemaal niet nodig. Je kunt je bodem (en dus planten) veel beter voeden met zelfgemaakte compost:

- Leg een composthoop aan. Verzamel het groenafval uit je keuken en tuin op en wacht tot het zich langzaam omzet tot compost. Dit kun je vervolgens uitstrooien in je tuin.
- Maak bladcompost. Door bladeren op een hoop te leggen, verteren ze uiteindelijk tot bladcompost. Je kunt ze ook in plastic zakken met gaten aan de onderkant opslaan, en er een onsje geduld aan toevoegen. Na één of twee jaar zijn de bladeren omgezet tot bladcompost.

- Laat de wormen het werk doen. In een wormenhotel kun je je keukenafval door wormen laten omzetten tot compost. Het vocht dat vrijkomt tijdens het verteringsproces, kun jij verdund gebruiken voor het voeden van je bodem.

→ **Bedek de bodem met een laagje.** Een andere manier om je bodem te voeden is mulchen. Je bedekt dan de bodem met organisch materiaal, zoals houtsnippers of bladeren. Zo onderdruk je onkruid en houdt je de bodem vochtig en gezond.

→ **Geef ruimte aan bodemdierpjes.** Een goede structuur van je bodem is onmisbaar. Bodemdierpjes zoals regenwormen, kevers en pissebedden spelen hierin een belangrijke rol. Ze eten dode plantenresten, graven tunnels en zorgen er op die manier voor dat er lucht en water de bodem in kan. Zo krijg je een gezonde, vruchtbare bodem die beter water kan vasthouden en planten gezonder laat groeien. Je kunt de dieren, schimmels en bacteriën helpen door niet te spitten en ze zoveel mogelijk met rust te laten.

Tip: koop grond zonder turf!

Als je je aarde of plantenpotten wilt aanvullen met nieuwe grond, kies dan altijd voor grond zonder turf. Turf wordt namelijk gehaald uit veengebieden, die belangrijk zijn voor het opslaan van CO₂ en het behouden van biodiversiteit. Gelukkig zijn er tegenwoordig veel goede alternatieven beschikbaar. Controleer altijd de verpakking, want zelfs biologische grond kan nog steeds turf bevatten.



In een notendop:

- Blijf weg van gif en chemische middeltjes
- Voed je tuin met je zelfgemaakte compost
- Breng een mulchlaag aan tussen je planten
- Spit je grond niet
- Controleer op turf als je grond koopt



Help, welke planten kies ik?

Om te zorgen dat je niet verdrinkt in het aanbod aan planten, helpen we je een handje met deze suggesties.



Goudaardbei



Kattenkruid



Duizendblad



Kruiptijm

Bodembedekkers

- Goudaardbei
- Maagdenpalm
- Kruiptijm
- Vetkruid
- Kruipend zenegroen
- Ooievaarsbek

Planten die weinig water nodig hebben

- Duizendblad
- Lavendel
- Kattenkruid
- Ezelsoren
- Sedum
- Dropplant



Dropplant



Ooievaarsbek



Dagkoekoeksbloem



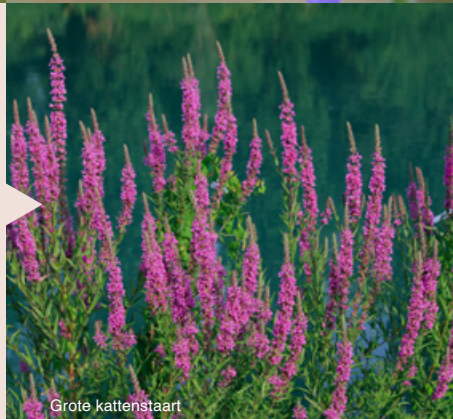
Duifkruid

Insectenlokkers

- Duifkruid
- Lavendel
- Hemelsleutel
- Salvia
- IJzerhard
- Duizendblad
- Monnikskap

Inheemse planten

- Dagkoekoeksbloem
- Kruipend zenegroen
- Grote kattenstaart
- Beemd kroon
- Bosanemoon
- Wilde margriet



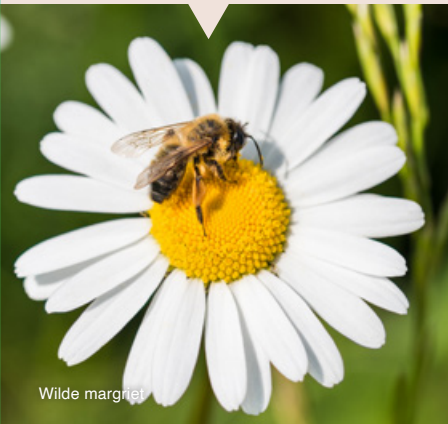
Grote kattenstaart



Monnikskap



Hemelsleutel



Wilde margriet



Venkel

Eetbare planten

- Venkel
- Oostindische kers
- Rozemarijn
- Salie
- Lavendel
- Lavas



Oostindische kers

Door je tuin te
vergroenen help je niet
alleen bijen, vogels en
andere dieren, maar
draag je ook bij aan
een beter klimaat.
Samen laten we zien
dat het kan!

Wil je ons werk steunen?
Dat kan!



 www.natuurenmilieu.nl
 [Instagram.com/natuurenmilieu](https://www.instagram.com/natuurenmilieu)
 [Facebook.com/natuurenmilieu](https://www.facebook.com/natuurenmilieu)
 [Linked.in/natuurenmilieu](https://www.linkedin.in/natuurenmilieu)
 [Tiktok.com/@natuurenmilieu](https://www.tiktok.com/@natuurenmilieu)
 bsky.app/profile/natuurenmilieu.nl

Mogelijk gemaakt door:



Waarom maken wij deze gids?

Natuur & Milieu werkt dagelijks aan concrete oplossingen en effectief beleid om onze natuur te herstellen en klimaatverandering tegen te gaan. We laten zien dat het anders kan, met inspirerende voorbeelden die bijdragen aan een duurzamere wereld. In deze tuingids vind je praktische tips om je tuin, balkon of dakterras om te toveren tot een groene oase—mooi voor jou en waardevol voor de natuur.

Wij zetten ons in om Nederland groener en biodiverser te maken—niet alleen in tuinen, maar overall. We werken aan beleid dat vergroening stimuleert, zodat duurzame keuzes eenvoudiger en vanzelfsprekender worden. Zo zetten we ons in voor minder verharding en meer groen in steden, zodat regenwater beter wordt opgenomen en hittestress afneemt. We werken samen met gemeenten en bedrijven om biodiversiteit te bevorderen en maken ons hard voor strengere regels tegen schadelijke pesticiden. Daarnaast laten we met onderzoeken en campagnes zien hoe essentieel een gezonde leefomgeving is voor mens en natuur.

NATUUR & MILIEU

Laat zien dat het kán

COLOFON Redactie: Marije Allemekinders, Naomi Jansen, Mark de Jongh, Marloes van Overstraten-Kruijsse (Vrijgroen) en Emmie Spape.
Vormgeving: Ben Peters (De Hondsdagen). Met dank aan: Lenneke Bolkenbaas en Juliët van Es.