

Algemeen

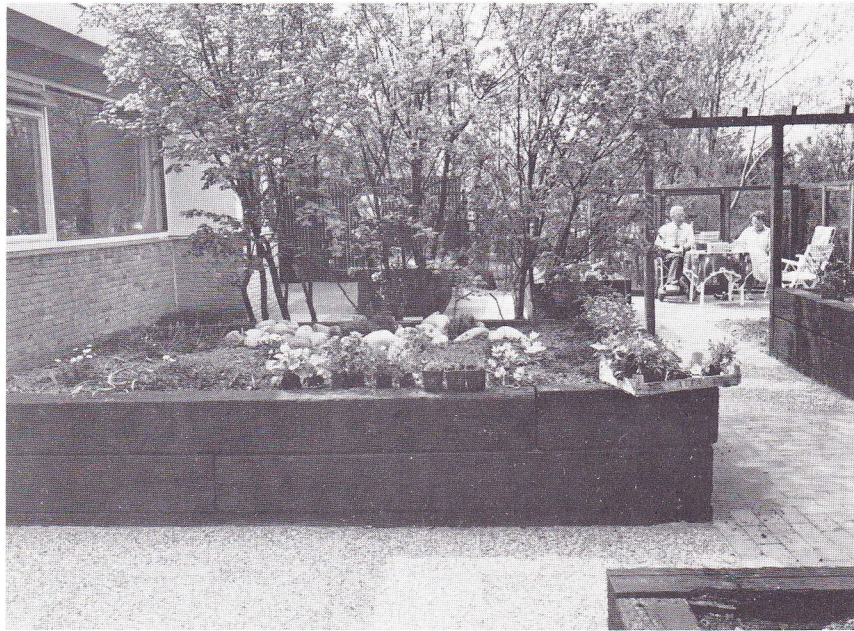
Inleiding

In dit boekje wordt geprobeerd u aanwijzingen en adviezen te geven die voor de tuin „op maat” belangrijk zijn. Uiteraard is het niet mogelijk deze adviezen zo op te stellen dat voor elke persoonlijke behoefte of beperking een oplossing „naar maat” beschikbaar is. De tekst is zodanig gekozen dat het advies gemakkelijk kan worden bijgesteld voor uw persoonlijke omstandigheden.

Na een aantal korte aanwijzingen volgen uitgebreidere hoofdstukken per tuinderdeel of werkzaamheid. Het gekozen uitgangspunt legt ook een beperking aan dit boekje op. Er worden behalve enkele specifieke zaken die van belang zijn voor de tuinier met een handicap, geen adviezen gegeven over de teelt van planten, allerlei tuintechnische zaken betreffende aanleg en onderhoud of de gewassenkeuze in het algemeen. Daarvoor kan de tuinier te kust en te keur terecht in de boekwinkels en bij allerlei tuinverenigingen die een eigen tijdschrift uitgeven. Een literatuuroverzicht is wel opgenomen.

Tuinontwerp

Het belangrijkste bij het tuinontwerp is dat er naar alle delen van de tuin, goed aangelegde paden zijn. Aan weerskanten kunnen de, al dan niet verhoogde bloemborders of groentebedden aangelegd worden.



6 *Aangepaste particuliere tuin. Een met glas afgeschermd ruim terras en verhoogde bakken maken een maximaal gebruik van de tuin mogelijk.*

Zeker voor een wat kleinere tuin, is een soort patiotuin het gemakkelijkst. In tegenstelling tot wat we gewoonlijk zien, een terras met een grasveld en daaromheen een brede randbeplanting van vaste planten, heesters en bomen, is het beter een belangrijk gedeelte van uw tuin te verharderen en met, eventueel verhoogde, bedden te werken.

Afhankelijk van de ligging en de grootte van de tuin en het voor de aanleg of aanpassing beschikbare budget, zal iedere tuinier zijn persoonlijke mogelijkheden moeten bekijken. Als u er nog aan moet beginnen, plaats dan zeker de kas maar ook de werkschuur, zo dicht mogelijk bij huis, zodat de bereikbaarheid bij slecht weer, goed is. Gazononderhoud is zwaar werk en erg tijdrovend. Bij kleine tuintjes kan dat gazon ook gemakkelijk vervangen worden door andere verhardingsvormen bijvoorbeeld tegels.

Bij grotere tuinen zal dat moeilijk zijn. Vermijdt dan bloembedden en heesters in het gazon, zodat het gras in ieder geval gemaaid kan worden zonder dat men met de maaimachine om allerlei obstakels hoeft te gaan.

Stippel rustplekjes in de tuin uit. Dit behoeven niet uitdrukkelijk tuinbanken te zijn. Een groot blok hout of stenen plateau is goed om even op uit te rusten en het past meestal natuurlijker tegen een achtergrond van planten en heesters.

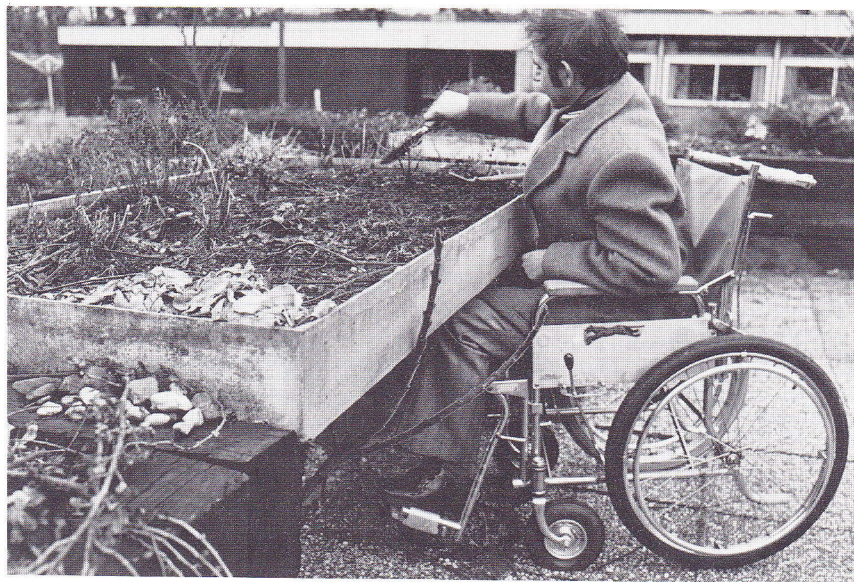
Bedenk bij dit alles dat voor de tuin zeker het spreekwoord geldt: „Een goed begin is het halve werk”.

Het kiezen van de juiste gereedschappen

De keuze van de gereedschappen hangt af van de aard van de functiebeperking van de tuinier. Klein handtuingereedschap met korte stelen is het meest praktisch voor het onderhoud van verhoogd aangelegde borders. Gereedschappen met extra dik handvat zijn gemakkelijker vast te houden door iemand met een verminderde handkracht. Voorgevormde handvatten of handvatten met een profiel liggen vaster in de hand. Voor het bewerken van borders in de volle grond zijn lichtgewicht gereedschappen met een lange steel aan te bevelen boven de normale zwaardere.



Verhoogde bak van geprofileerde planken.



Verhoogde bak waar u met de rolstoel onder kunt rijden.

Verhoogde border

Verwerp geen ideeën die op het eerste gezicht ongewoon lijken. Weinig tuinen hebben verhoogde borders, maar juist voor de al wat oudere tuinier die zittend wil werken, de rolstoelgebruiker of de tuinier die moeite heeft met bukken, is de verhoogde border ideaal.

Voor zittend tuinieren kan de border het beste verhoogd worden tot 60 cm. Dit is voor de meeste tuiniers de beste hoogte om de grond te kunnen bewerken. Voor iemand die staande wil werken, en omdat hij slecht ter been is steun wil hebben aan de bak, is 90 cm de gemiddelde juiste hoogte. De hoogte van de border is natuurlijk ook afhankelijk van de hoogte van de aanplant. Erg hoge planten horen thuis in lagere borders.

Houd het licht

Iemand met verminderde spierkracht kan zijn werkterrein door het gebruik van kunststof potten en bakken en lichtgewicht potgrond zeer vergroten. Een goede potgrond vermengd met 30% kunstmatig materiaal (bijv. hygromul) weegt belangrijk minder dan normale tuinaarde. Bloemen en planten in kunststof potten en bakken moet u op een speciale manier watergeven. Wees bedacht op een minder groot verdampingsoppervlak en lees eens een goed boek over kamerplanten en/of de teelt van één- en tweejarige bloemplanten om te weten welke eisen die planten stellen.

Kleinere kunststof potten zijn te zamen met lichtgewicht potgrond wel een goede oplossing voor het zelf telen van jonge planten die later buiten een plaatsje krijgen. Denk daarbij echter ook aan potjes, al of niet reeds samengevoegd in een plateau van vezelachtig materiaal.

Plantenkeus

U moet uw planten zorgvuldig kiezen. Hier komt het er heel duidelijk op aan wat u in de tuin wilt en wat de individuele mogelijkheden en eventuele beperkingen zijn.

Wilt u er veel zelf in werken, een doe-tuin met bijvoorbeeld groente en fruit of moet het een kijktuin worden met wat minder geregeld onderhoud. Een beplanting gericht op een zo gering mogelijk onderhoud en veel kijkgenot, zal aan een aantal voorwaarden moeten voldoen, zoals:

- het niet kunnen omwaaien van bloemen, zodat opbinden overbodig is; dit geldt meer speciaal de groep vaste planten maar ook één- en tweejarigen; het gebruik van bollen die kunnen verwilderen zodat ze niet ieder voorjaar uit de grond gehaald hoeven te worden;
- het gebruik maken van bodembedekkers die daarvoor geschikt zijn zodat, na enkele jaren, wieden tot een minimum wordt beperkt;
- het opnemen van een sterk afwisselende beplanting, die gedurende het hele jaar opvalt door kleur, bladvorm en groeiwijze en die bovendien vlinders, insecten en vogels aantrekt.

In een tuin waarin de tuinier echter bezig wil zijn, een doe-tuin dus, zal een duidelijk anders gerichte aanleg en beplanting moeten komen. Meer één- en tweejarige gewassen en eventueel een groentetuin. Ook een grasveld kan dan overwogen worden, maar dan wel van een mengsel van rassen dat betreding verdraagt, niet te snel groeit en dus beperkt gemaaid hoeft te worden, bijvoorbeeld éénmaal in de tien dagen. Er moet immers voldoende tijd overblijven voor het onderhouden van de andere tuinderdelen als bloemborders en groentetuin.

Steeds een beetje

Het is een ervaring en ook wel begrijpelijk dat vooral in het begin menig gehandicapt of al wat ouder tuinier probeert te veel tegelijk te doen. Een goed advies is: stop voor u te moe wordt! Verander de tuinwerkzaamheden regelmatig, waardoor u voorkomt dat u te lange tijd in dezelfde houding werkt. Afwisseling van houding en spiergebruik voorkomt overbelasting!

Enige informatie over benodigde arbeidstijd

Een liefhebber zal gemiddeld 5 uur per week in de tuin werken en kan dan 100 m² onderhouden. Deze tuin heeft dan de diverse onderdelen als rozen, gazon, vaste planten, fruitbomen, klein fruit, groenten en kruiden.

Iemand met een handicap kan hieruit, aan de hand van zijn handicap en beschikbare uren zelf de oppervlakte van zijn tuin bepalen. Het gebruik van een kas en/of platte bak brengt, afhankelijk van de teelt, nogal wat extra werk met zich mee. Als daar in hoofdzaak in de maanden november tot en met mei in gewerkt wordt, zal inpassing van een normaal kasje van ongeveer 6 m² een goede keuze zijn. Dit heeft dan niet veel extra uren te kosten.

Natuurlijk is het goed mogelijk dat een tuinliefhebber met een handicap niet alles zelf doet. Hij kan ook een deel van de tuin voor zijn rekening nemen.

Bij aanleg of verandering van de tuin geldt dit in het bijzonder. Alle voorbereidende werkzaamheden zouden uitbesteed kunnen worden. Het inzaaien en inplanten kan dan door uzelf gedaan worden. Het is ook mogelijk dat de gehandicapte moet volstaan met het onderhouden van één enkele verhoogde border. U moet zelf ondervinden wat u aankunt en wat u leuk vindt.