



Giftfri-have.dk i din kommune

- krudt i FruGrøn's have?

Den 9. og 10 maj 2015 kl. 14

**Arrangeret af DN, Sorø, SPIS SORØ – vildt og lokalt og PØ
Husholdningsøkonom og grøn idemager,
Anne Grete Rasmussen, FruGrøn.dk fra Sorø, (20.65.20.65)**

Disposition

- Forskellige haver – nytte – æstetik – sundhed?
- Økologisk dyrkning – grundprincipper for "Ø"
- Mere liv i haven, insekthoteller, dufte, farver, snak
- Hygiejne i haven – sprøjtemidler
- Hvad er ukrudt og skadedyr?
- Kompost og gødning fra mennesker, dyr eller NPK?
- Kampagne: Giftfri-have.dk og lokale netværk
- *Phytochemicals og immunforsvar – planter/mennesker*
- *Dyrk medicinplanter selv*
- *Ernæringsværdi og vilde og dyrkede planter*
- *Eksempler på dyrkning og opbevaring af fødevarer der er dyrket økologisk i haven eller lokalt i fælleshaver*
- *Hvordan kan vi blive selvforsynende i vores kommune?*

Haver: Æstetik, etik og nytte?

Afgrænset areal, hvor der dyrkes planter, som giver os føde eller oplevelser

- Klosterhave: munke dyrkede urter, medicinplanter
- Heksehave: kulinariske urter, medicin-og åndelige planter
- Sansehave – blomster, dufte, vand
- Naturhave – Skovhave -
- Byhaver – Krukkehave – Urban Farming
- Urtehave – køkkenhave – blomsterhave
- Nyttehave – æstetisk have

Økologisk dyrkning = sundhed

Økologi betyder – læren om husholdning

Ø-mærket lægger regler for kommerciel dyrkning

Private haver kan bruge Ø- regler, men har flere fordele:

- Man lærer om naturen
- Ser, føler, dufter og smager på fødevaren i hele livscyklus
- Får god motion og gratis [Meditation](#)
- Fødevarerne smager bedre og er sundere.
 - ✓ Ingen pesticider, hormoner og uønskede mikroorganismer
 - ✓ Flere phytochemicals = plantens forsvarsstof, som også er godt for vores sundhed
- Får billige fødevarer – kan dele med andre – fælleshaver?

Økologiske grundprincipper

- Sundhedsprincippet – opretholdelse af jordens, planternes, dyrenes og menneskers sundhed. Folkesundhed kan ikke adskilles fra økosystemernes sundhed
- Økologiprincippet – bygger på levende økologiske systemer og kredsløb, der er tilpasset efter lokale forhold, økologi, kultur og omfang. Genbrug, recirkulering, genbrug af materialer og energi
- Retfærdighedsprincippet – skal sikre retfærdighed med hensyn til det fælles miljø og livsmuligheder
- Forsigtighedsprincippet – effektivitet og større produktion anvendes kun, når der både videnskab, praktisk erfaring og opsamlet visdom der fortæller at dyrkningsprincipper ikke skader hverken jord, planter, dyr og mennesker

Skab MereLiviHaven.dk

Sådan kommer der flere insekter i haven.

- Lad kålen blomstre. [Se video kæmpekål](#)
- Luksus Insekthotel: [Se video: Insekthotel++++](#)
- Standart insekthotel: Se video: [Insekthotel++](#)
- Giv plads til fugle og pindsvin. Mejse spiser lus, og pindsvin spiser snegle
- Dæk jorden med græsafklip, flis.....ikke færdigt!

Skab variation og dufte i haven

- Forskellige planter i haven skaber mangfoldighed af farver og dufte. Godt for biodiversiteten i haven

FruGrøn's Have:

- Siden jeg begyndte at have Koriander, fennikel og persille i mit drivhus har der ikke været utøj i planterne. Se videoklip: [Koriander i drivhuset](#)
- Timian og persille i rosenbedet holder lusene nede
- Plant krydderurter, tagetes, løg og blomster i urtehaven

Snak med planter giver god hygiejne!

- Så opdages evt. sygdom tidligt. Fjern det angrebne, så smitten ikke breder.
- Opdages bladlus tidligt, fjernes de ved spuling med vand
- Nuldr' æbletræet's blomster og senere æblegrupper.
- Kolonier af æblevikker, spindemider, angrebne blade m.v. klippes af og kommes i en affaldssæk
- Tynd ud i planter, æbler og frugter, så de får plads
- Pluk alle frugter, så der ikke dannes frugtmumier

Læg ikke smitsomme planterester på komposten!

Ups, Hvad er ukrudt?

- Uønsket vegetation eller planter der overtager pladsen for andre afgrøder. Planter konkurrerer ligesom vi mennesker;0)
- Planter, der fra naturens hånd er udrustet til at være plagsomme.(som vi mennesker)
- Formerer sig ved frø (mælkebøtte)eller ved rods kud (Skvallerkål, Kvikgræs, Agerpadderok)
- Mit værste ukrudt: skvallerkål, ærenpris, kvikgræs, kinesisk pileurt, agerpadderok, brændenælde, mælkebøtter , japansk pileurt (hindbær – mynter?)
- Hvordan fjerner man ukrudt? – kemisk eller mekanisk?
- Prøv mine jern! - en fællesopgave

Ups, Hvad er skadedyr?

Alle dyr er havens venner – skaber biodiversitet,

MEN IKKE NÅR:

- Rådyrene spiser mine afgrøder
- Fuglene spiser alle mine kirsebær
- Duerne spiser min højkål

Dræbersnegle spiser urter – sorte snegle og leopardsnegle spiser dræbersnegle? – så læg ikke sneglegift;0)

Liljebiller?

Myrer underminerer terrassen og kommer ind i skabene

- myreråd: drys en blanding af flormelis og bagepulver???

Lus i roser, hvide fluer i tomater, spindemider i agurker??

Link:Hvilken er dræbersneglen?

Link:Naturstyrelsens artsleksikon



Kompost – i villahaven

- Når du kører dit haveaffald på genbrugsstationen fjernes næringsstoffer fra din parcel. Brug affald som dække eller lav bunker - kompost
- Så meget CO2 koster det at høre på genbrugsstationen
- Forskellige metoder – by – parcel - land
- Dette må IKKE komme i en kompost: Video (sort sæk, forbrænding eller)
- Sådan laver du en kompost – video
- Ormekompost – varmekompost – anaerob – aerob?
- Kom det de uønskede vilde planter i en sort sæk, en balje eller tør det og brænd det af

Gødning

- SUPERFOSFAT: (1840) - Justus Liebig's forskning
benmel og $H_2SO_4 = CaHPO_4$ (ups – bagepulver)
NP-gødning vandopløseligt $(NH_4)_3PO_4$
- Økologi hos farfar (1900 – 1960) høns, duer, 2 grise,
kompost/bælgplanter/æbler/blomster... alt!
- **Nu: NPK-gødning????? – ulemper....**
- Eller menneskegødning, dyregødning: møj, alje
- Hønsemøj: 2 kg pr 100m²
- Kvælstoffikserende bælgplanter
- Dækket jord – kompost - vinterafgrøder

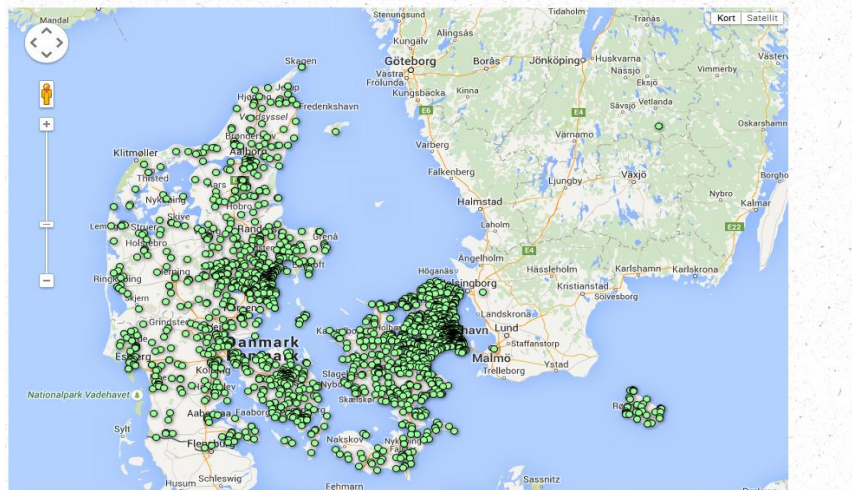
Spiselige haver



Kampagne: Giftfri-have.dk

Giftfrie haver over hele Danmark

På godt halvanden måned er 3150 haver over hele landet tilmeldt 'Giftfri Have'. Det svarer til ca. 550 hektar. Vores mål er 100.000 haver i 2020, så vi skal have endnu flere med. Se, hvor mange haver, der er tilmeldt i dit lokalområde. Vi opdaterer kortet løbende.



Fortsættelse.....[Læs mere](#)

Kontakt mig: [Link](#)

- Anne Grete Rasmussen, FruGrøn fra Sorø
- Søskovvej 10, 4180
- Telefon: 2065.2065
- Mail: idemager@gmail.com
- Hjemmeside: www.FruGrøn.dk og www.husarbejde.dk

Dyrk sunde fødevarer



- Vælg nemme planter.
- Planter skal ikke overvandes eller overgødes!
- "Krise gør stærk" ;0)
- Opbevaring vigtig for holdbarhed/sundhedsværdi
- Del ud og byt fødevarer med naboer
- Kogning nedsætter indhold af sekundære stoffer (90%?)
- Spis rå eller dampet grønsager
- Spis med skræl
- Prøv CO₂ venlig koldsyltning i stedet for frysning

[FruGrøn holder kurser - link www.FruGrøn.dk](http://www.FruGrøn.dk)

Hvordan kommer vi i gang?

- ❑ Netværk, netværk, netværk, netværk, netværk, netværk
- ❑ Samarbejde, samarbejde, samarbejde, samarbejde
- ❑ Brug ildsjæle, brug ildsjæle, brug ildsjæle, brug ildsjæle
- ❑ Vær kreativ, vær kreativ, vær kreativ, vær kreativ, vær
- ❑ Opbakning, opbakning, opbakning, opbakning, opbakning
- ❑ Bliv selvforsynende, bliv selvforsynende, bliv selvforsynende
- ❑ Reklame, reklame, reklame, reklame, reklame, reklame
- ❑ Køb lokalt, køb lokalt, køb lokalt, køb lokalt, køb lokalt

TV - [Samsø er 120% selvforsynende](#)

Diskussion: skal vi back to baci