

Voedsellandschap Den Haag is een veelzijdig *Panorama Vork & Mesdag*

Je groenten uit de streek betalen met een uurtje werken in het voedsellokaal in je buurt. Zelf sambal maken in een 'gewetensvolle keuken'. Een aangename kennismaking in het volkstuintencomplex met een buurtbewoner die je niet laat vertrekken zonder een bosje lente-uien dat ze net zelf geoogst heeft. Terwijl je kinderen 'linke soep' maken van zelf geplukte groenten en onkruiden uit het park, pik je hier en daar wat hapjes mee, gemaakt van oesterzwammen, krekels, eerlijke chocolade en wat dies meer zij. Verderop kun je exquise soorten zeewier kopen van een freelance kok die deze bijzondere producten onder anderen inkoopt bij een vriend die het zelf met de snorkel opduikt voor de kust van het Engelse Cornwall.

Marc Buiten en Isabelle van der Zanden

Als eerste pleisterplaats van de Voedselkaravaan bood Den Haag in het weekend van 26 en 27 mei een zeer veelzijdig doorkijkje naar een duurzame toekomst van ons voedselsysteem. Er was zoveel te beleven dat uw reizende reporters ter plaatse zintuigen te kort kwamen om alle indrukken van deze pleisterplaats aan u door te geven. Uit het ruime aanbod aan voedselexpedities die de reizigers van de Voedselkaravaan konden ondernemen, kozen wij voor een bezoek aan Voedsellokaal De Gymzaal en een wandeling door het Zuiderpark, dat dit jaar is omgedoopt tot Voedselpark.

Vrije radicaal

In de Gymzaal aan de Witte de Withstraat is het op deze zonovergoten zaterdag een gemoeidelijk komen en gaan van bezoekers die een tasje streekgroenten komen halen, een potje sambal komen maken, of gewoon even komen buurten. De zelforganisatie Lekkernassûh betreft de streekgroenten van boeren, die gevestigd zijn in een straal van maximaal 55 kilometer rond Den Haag.

Coördinator Christien Temmink noemt zichzelf een 'vrije radicaal'. Ze voelt zich in haar element in de voormalige gymzaal die momenteel gerund wordt door een groep van ongeveer 80 actieve vrijwilligers. Elke woensdag is er een versmarkt en elke donderdag opent de 'Conscious Kitchen' de deuren van de gymzaal voor iedereen die samen wil genieten van een in meerdere opzichten verantwoorde maaltijd. Tegen het eind van de middag legt stadsboer Musa Eleman uit dat je de knoflook en uitjes

Complementair geldsysteem

Een bijzonder element in het lokale voedselsysteem rond de Gymzaal is de Haagse Timebank, die de vrijwilligers in staat stelt om onderling goederen en diensten uit te wisselen op basis van gewerkte uren. Bestuurslid Joeri Oudshoorn vertelt dat de Timebank onlangs is begonnen om ook de producten van de versmarkt van Lekkernassûh verhandelbaar te maken met behulp van gewerkte uren. In praktijk betekent dat bijvoorbeeld dat een vrijwilliger aardappelen, sla en rabarber kan kopen voor de 'prijs' van een uurtje helpen met de bevoorrading van de Gymzaal en 50 eurocent voor de grondstoffen die nodig waren voor de productie. De Timebank is een zogenaamd 'complementair geldsysteem' dat gecreëerd is om lokale handel te stimuleren zonder opbouw van schulden. Vrijwilligers moeten dan ook eerst 'uren' verdienen voordat ze deze als lokale munten weer kunnen uitgeven voor de betaling van goederen (bv. tweedehands kleding) en diensten (bv. taalles, administratie).

zachtjes moet fruiten tot ze een lichtgroene tot blauwe gloed krijgen voor je de gemalen rode of groene pepers erbij voegt. Naar smaak zout, suiker en kruiden toevoegen – koriander, gember, laos, etc. – even proeven, nog een snuffje van dit of dat erbij en je zelfgemaakte sambal is niet te versmaden.



Zuiderpark Voedselpark

Zondag 27 mei bezochten we het lommerrijke Zuiderpark dat door de gemeente dit jaar is omgedoopt tot 'Voedselpark'. Als grote stad in Nederland wil Den Haag 'een bijdrage leveren aan het maken van bewuste keuzes in wat we eten en drinken'. Bij binnenkomst biedt het Panorama Vork en Mesdag gelijk een prikkelend overzicht over het voedsellandschap in en rond Den Haag. Dat levert een aantal pregnante inzichten op.

- Dat in Nederland gemiddeld ongeveer 85 procent van de biodiversiteit verloren is gegaan sinds het begin van de industriële revolutie, vooral als gevolg van verlies aan leefgebied door de landbouw en verstedelijking.
- Dat slechts 5 inkoopcombinaties een enorme macht kunnen uitoefenen op de nationale voedselmarkt doordat ze de centrale verbindende schakel vormen tussen circa 60.000 boeren en 17 miljoen consumenten.
- Dat je door duurzamer te eten – meer lokale, verse groenten en peulvruchten van het seizoen, minder vlees en zuivel – zowel je milieu-impact tot wel 50% kunt verlagen, als je gezondheid kunt verbeteren.
- Dat allerlei innovaties in de landbouw – o.a. energieleverende kassen, voedselbossen, lokale voedselcoöperaties – wenkende perspectieven bieden voor de transitie naar een duurzamer en eerlijker voedselsysteem.

Krekelkoning

Nadat we de kennis van het Panorama Vork & Mesdag enigszins verteerd hebben, lopen we de voedselmarkt op. Terwijl de lieflijke klanken van een Griekse Rembetiko het aangenaam

verpozen in het Voedselpark verhogen, spreekt 'Krekelkoning' Sander Peltenburg geanimeerd over zijn passie. Onder de naam 'Burgs Foods' leveren hij en zijn compagnon George een bijdrage aan de 'eiwittransitie' door de verkoop van krekelburgers die per kilo eetbare eiwitten véél minder water, veevoer en land 'verbruiken' dan vergelijkbare eiwitproducten uit de reguliere veehouderij. Ze telen de krekels zelf in een voormalige, goed geïsoleerde kip-penshuur. Sander rekent voor dat je voor een kilo krekels 1,7 kilo voer nodig hebt, terwijl je voor een kilo rundvlees, exclusief de niet-eetbare delen, ongeveer het zevenvoudige nodig hebt.

Verbindende diners

Bij het kraampje van [Resto van Harte](#) onthaalt Ben Lachhab je met een brede glimlach en een kopje verse munt- of kruidenthe. Resto van Harte organiseert betaalbare, gezonde driegangendiners in buurthuizen en scholen door heel Nederland. Ben vertelt vol trots over de vele vrijwilligers die deze diners mogelijk maken, een diverse groep mensen 'van 11 tot 80 jaar oud'. Het doel van deze diners is het tegengaan van eenzaamheid en het verbinden van mensen. Ben: 'Eenzaamheid is niet alleen een probleem onder ouderen, ook gezinnen en jongeren kunnen zich in een isolement bevinden'. Hij zet zich ook in om voedselverspilling tegen te gaan en is daarover nu in gesprek met supermarkten.

Met een kopje thee in de hand lopen we vervolgens door de zintuigentuin. De verschillende tuinbedden nodigen je uit om te ruiken, te proeven, te voelen of simpelweg je ogen de kost te geven.



Buurtbewoners samen aan de slag

Het kan een uitdaging zijn voor buurtbewoners die samen een moestuin willen beginnen: subsidie aanvragen, projectplanning en andere organisatorische zaken. Soms stranden mooie initiatieven op dit soort heikele punten, maar in Den Haag hebben ze nu [de Haagse Tuinbank](#). Yolanda Brouwer werkt, net als haar collega's, als freelancer om jonge projecten te ondersteunen bij bureaucratische obstakels. Ze is zelf ook nauw betrokken bij de moestuinen; eerder die dag stond ze nog met een aantal buurtbewoners graszoden uit te steken voor een nieuw stuk moestuin. Tegelijk onderhandelt ze met de gemeente om de omliggende, gemeentelijke groenstroken insectenvriendelijk te maken.

Jan Morsch, [de compostbakker](#) van Den Haag, ondersteunt de moestuinprojecten, scholen en buurthuizen in de stad bij het maken van heerlijke, verse compost. Niet iedereen heeft groene vingers, maar iedereen heeft groente- fruit- en tuinafval en dat kun je inleveren bij een buurtcomposteerbakkerij bij jou in de buurt! Dit levert behalve voeding voor de bodem ook een sociale, verbindende plek en het daagt mensen uit om na te denken over de waarde van hun afval.

Samenwerken met de natuur

De jongens van [ReNature](#) vertellen graag over hun nieuwe project in Indonesië. Deze jonge stichting zet zich in voor educatie rondom 'agroforestry', een vorm van herstellende boslandbouw waar akkerbouw of veeteelt met bomen en struiken worden gecombineerd. Zo zijn ze nu ook hun eigen agroforestry-percelen aan het aanplanten in Indonesië. Hiervoor wordt eerst uitgebreid onderzoek gedaan in de regio en werken ze samen met de lokale gemeenschap en de universiteit van Lombok. Zo draagt de gehele gemeenschap zorg voor het project en kan iedereen er de vruchten van plukken.

We eindigen onze wandeling in het eetbaar park, dat beheerd wordt door Menno Swaak. In dit kleine Hof van Eden rijzen de planten, struiken en bomen tot in de hemel. Overal waar je loopt krioelt het van het leven. Je hoort zacht zoemende bijen en snorrende libelles; steeds kriebelt er iets op je arm of been; zweempjes van munt, daslook en rozemarijn passeren je neus en elk hoekje en gaatje is rijk gevuld met weelderig groen. Tijdens een persoonlijke rondleiding wijst Menno onder andere op de heermoes, zee-kool, Japanse wijnbes, asperge en tamme kastanje, om slechts enkele te noemen van de in totaal ruim 130 overblijvende, eetbare soorten die in de bostuin zijn aangeplant.



'Samenwerken met de natuur' is het adagium dat Menno uitdraagt tijdens de rondleidingen, cursussen en workshops die hij geeft, onder meer aan groepen schoolkinderen. Die boodschap is aan de andere kant van het pad nog niet helemaal geland, zo blijkt uit de grond onder enkele fruitbomen die helemaal is kaal geschoffeld door al te enthousiast tuinierende scholieren. De transitie naar een natuurinclusief voedselsysteem is dan wel gestart, maar heeft ook nog een lange weg te gaan.