

# Zelfoogsten bij De Moestuin

Een handleiding om je wegwijs te maken

Leuk dat je (weer) bij ons komt oogsten!

We zijn heel blij en dankbaar dat we het Zelfoogsten kunnen aanbieden. Je bent samen met 200 andere zelfoogsters aandeelhouder van De Moestuin.

Daarmee is onze biologische tuin ook een beetje van jou. Om je zo goed mogelijk wegwijs te maken en het samen tot een succesvol seizoen te maken, lees je hier de belangrijkste informatie en instructies.



**De Moestuin**

Groene oase met sociale oogst



## Onze tuinders

Wij zijn Roos, Jasper en Charlotte, de tuinders. Heb je vragen? We horen ze graag. De Moestuin is een sociaal bedrijf waar we arbeidsmatige activering bieden aan mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Ieder werkt om een andere reden en op een ander niveau op de tuin. Stel de vraag dan ook liever niet aan andere mensen die op de tuin werken, maar vraag hen waar je ons kunt vinden. Buiten de tijden dat wij aanwezig zijn, kan je in het zelfoogstboek of via de mail ([info@moestuinutrecht.nl](mailto:info@moestuinutrecht.nl)) terecht met je vragen



## Wat valt er te oogsten?

Je oogst ons ruime aanbod aan groenten, met hopelijk ook wat fruit, noten en kruiden. Per week oogst je gemiddeld genoeg groenten voor 2 personen en zo'n 3 á 4 maaltijden per week. Dit is een gemiddelde, want iedereen eet weer anders. Het is ook afhankelijk van de maand en het weer. Zijn er veel gewassen klaar om te oogsten, dan zijn de porties ruimer en zie je meer diversiteit in het aanbod. Aan het begin en aan het einde van 't oogstseizoen zijn de hoeveelheden iets kleiner. We zorgen ervoor dat je een zo gevarieerd mogelijk aanbod krijgt.

## Wanneer gaan we oogsten?

Een oogstseizoen loopt meestal van april tot en met december. Het hoogseizoen loopt meestal van juni tot en met september. Start van het oogstseizoen wordt bepaald door het weer in het voorjaar.

Elke maandag sturen wij de oogstmail met daarin de groenten die je mag komen oogsten die week met daarin een link naar een instructiefilmpje. Bekijk deze goed. Hiernaast zie je de oogsttijden. Je mag zelf kiezen welke dag je komt. dat mag iedere week anders zijn, zo lang het maar binnen de oogstmomenten is. Buiten deze tijden mag er helaas echt niet geoogst worden.

## Oogsttijden

Dinsdag 10:00-16.30  
Woensdag 10.00-16.30  
Donderdag 10.00-16.30  
Vrijdag 10.00-16.30  
Zaterdag 10.00-16.30



## Hoe werkt het?

Nadat je de zelfoogstmail en de instructiefilmpjes thuis heb bestudeerd, kom je binnen de oogsturen naar De Moestuin. Je loopt eerst naar de oogsttafel achter de kas. Daar hangt een krijtbord met waar je precies moet zijn voor het oogsten. Vergeet niet een tas of mand en een mesje mee te nemen. Loof en snijafval mag je altijd meenemen of hier laten. Laat je het hier? Bij de spoeltafels staan altijd 2 kruiwagens waar je het blad, loof, wortel en/of stukken groente die je niet wil opeten in kan achterlaten. Dit gaat op de composthoop en wordt weer voeding voor de planten van volgend jaar.

**Zelfoogstpas:** Begin van het oogstseizoen zorgen wij dat jouw zelfoogstpas met keycord klaar ligt om op te halen. Zorg dat je deze altijd om hebt met oogsten. Komt er een keer iemand in jouw plaats oogsten? Zorg dan dat hij of zij jouw oogstpas heeft.



## Het zelfoogstboekje

In het zelfoogstboek schrijven de tuinders tips en bijzonderheden voor die week. Leuk om daar ook in te kijken dus. Je kan daar ook je eigen tips en recepten kwijt voor andere zelfoogsters, zo vormt het boek ons analoge zelfoogst facebookje. Leuk om van jullie te lezen!

LEUK!

Je krijgt op vertoon van je zelfoogstpas 5% korting op alle producten uit onze Moestuinwinkel!



## De zelfoogstplek

Aan de achterkant van de grote kweekkas vind je de spoelplaats. Naast de spoelplaats vind je de zelfoogstplek. Daar hangt het oogstbord waarop staat op welk vak je moet zijn om je groenten te oogsten en er staat een tafel met een kist met mesjes, elastiekjes en bakjes die je kunt lenen.

Naast de tafel staan laarzen en gele regenjassen. Ook die mag je lenen, evenals een oogstkratje en de bolderkar voor je oogst & kroost.

De 2 weegschalen die op de zelfoogsttafel staan mag je gebruiken, maar laat ze wel staan. Zo kan iedereen er gebruik van maken. Dat betekent misschien even zoeken naar het juiste gewicht, of een vraag stellen aan je mede-oogster op het land. Mocht je teveel hebben geoogst: laat het bij de zelfoogsttafel in een kratje achter, zodat je opvolger minder hoeft te oogsten. Je wordt vanzelf een professional in gewicht schatten. Je kan natuurlijk ook je eigen weegschaaltje mee de tuin op nemen, nog handiger!



## De tuin

Als je bij het aangegeven vak komt, vind je de oogstborden. Deze geven aan vanaf waar (groen bord) tot waar (rood bord) je mag oogsten. We telen alle groenten op bedden. Aan elke kant van het bed loopt een pad. Daar mag je altijd op lopen. De bedden zijn voor de groente om te groeien en daar mag niemand (ook wij niet!) op lopen. Dit om te voorkomen dat de grond dichtslaat en de kleine plantjes vertrapt worden. Dank voor jullie aandacht hiervoor, zeker als je (kleine) kinderen meehelpen. We gebruiken soms grote witte doeken om de gewassen te beschermen. Het bed waar je mag oogsten ligt altijd open, het doek ligt dan vaak in het pad. Daar mag je gewoon op lopen.

**Leuk als kinderen helpen met oogsten, wel altijd onder begeleiding!**



Tip: Er wordt veel vooraan de bedden geoogst, logisch. Maar achteraan staan vaak mooie exemplaren die weinig worden gezien..



## Indeling van de tuin

We hebben 2 stukken tuin: A (meer zandgrond), en G (kleigrond). Zie plattegrond bij de spoelplaats. Elk stuk tuin is onderverdeeld in 6 vakken, die worden aangeduid met een gele paal aan het begin van elk vak. Op het oogstbord staat geschreven bij welk vak je moet zijn om je groenten te oogsten. De spoelplaats naast de zelfoogsttafel is onze werkplek. Daar spoelen we de groentes op het aanrecht of in de roestvrijstalen dompelbaden. Jullie kunnen hier ook gebruik van maken. Het dompelbad is drinkwater, de 3 kranen aan de spoeltafel zijn dat niet. Thuis nog een keer naspoelen wordt aanbevolen



# Lees dit nog even!

## De kleine oogst lettertjes



- Bij De Moestuin werken we met **respect voor elkaar, het land en de gewassen**. Het zeefoogstabonnement werkt vanuit een groot vertrouwen in jullie. Wij vragen jullie om je aan de huisregels te houden. Als de huisregels niet worden nageleefd, zullen we je daar op aanspreken. Bij herhaaldelijk niet nakomen van de huisregels is de Moestuin gerechtigd het abonnement te beëindigen. Het reeds betaalde abonnementsgeld zal niet worden terugbetaald.
- **Een abonnement sluit je af voor de duur van 1 oogstjaar** (medio april tot medio december). Mocht je besluiten het abonnement voortijdig stop te zetten, worden de abonnementskosten niet teruggestort. Eind van het seizoen komen we op de radar en hebben jullie eerste keus om te blijven oogsten op het jaar daarna. Horen we niets? Dan maken we iemand anders blij met jouw plekje.
- **Abonnement mag je delen met 1 andere vriend, buuf of collega**. In dat geval vernemen we graag de voor- en achternaam van de 2e zelfoogster én het bijbehorende e-mailadres. We sturen de oogstmail naar maximaal 2 e-mail adressen.
- **Ga je op vakantie? Dan mag iemand anders voor jou komen oogsten**. Stuur je vervanger deze handleiding en leg uit wat de bedoeling is. Je bent zelf verantwoordelijk voor het doorsturen van de zelfoogstmail en het tijdelijk overhevelen van je oogstpas.
- De 5% korting van de Moestuinwinkel geldt niet op eten en drinken uit het Lunchcafé.
- **Honden** zijn welkom, wel aangelijnd houden en buiten ons terrein uitlaten.
- **Je mag alleen oogsten wat we aanbieden in soort en gewicht**. We berekenen namelijk alles precies voor een heel oogstjaar en willen graag iedereen een portie kunnen aanbieden. Mocht het onverhoopt toch op zijn, loop langs de kassa van de winkel, zij helpen je verder. Is het aanbod teveel? Je hoeft niet alles te oogsten wat in het weekaanbod zit, maar we kunnen er niet voor compenseren als je iets niet wilt. Als er iets te oogsten valt wat je niet lust kun je het laten staan of weggeven binnen je kringen. Als je het hier laat staan, zorgen wij ervoor dat het wordt verwerkt of naar onze vrijwilligers en deelnemers gaat..
- **Onze groente groeien niet altijd zoals je ze bij de supermarkt vindt**. Soms hebben ze een aparte vorm, dan kun je ze gewoon oogsten en eten. Soms hebben ze wat last van vliegjes of andere plagen, dit melden we in het zelfoogstboek. In bijna alle gevallen is het onschadelijk voor de mens en kun je zichtbare plekje's spoelen of wegsnijden.
- Bij vragen/opmerkingen/onduidelijkheden kun je altijd mailen naar: [info@moestuinutrecht.nl](mailto:info@moestuinutrecht.nl)

