



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

KÄDET MULTAAN



Vinkkejä
kotiin

Miniversojen kasvat

Kotona on mukava kasvattaa miniversoja ja yrttejä. Miniversot ovat erittäin ravinteikkaita, ja niillä voi helposti rikastuttaa ruokavaliota. Kylvämällä siemenet multaan lapsi oppii, miten kasvi kasvaa pikkuhiljaa siemenestä versoksi, kun sitä kastelee ja hoitaa. Helppoja versotettavia ovat herne, auringonkukka, maissi, retiisi ja parsakaali.

KASVATUSOHJEET

1. Versojen kasvualustaksi käy esim. sammal-, turve- tai multapohjainen alusta. Kastele multa ensin kosteaksi ja kylvä sitten siemenet tiheäksi matoksi mullan pinnalle. Siemenpussi kertoo, pitääkö siemenet peittää ohuella multakerroksella.
2. Peitä kylvöastia esimerkiksi muovipussilla, jossa on reikiä.
3. Kun siemenistä suurin osa on itänyt, poista muovi ja nosta astiat valoon aurinkoiselle ikkunalaudalle. Talvikaan versot tarvitsevat lisävaloa. Pidä multa kosteana.
4. Kun versot ovat kasvaneet noin 3–4 cm, niitä voi alkaa leikata saksilla leivän päälle, salaatin sekaan tai ruokien koristeiksi.

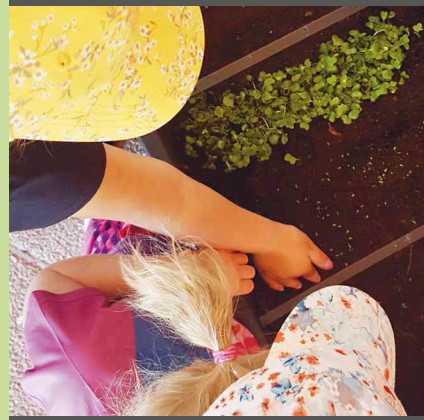


Lavakauluskasvimaa

Keväällä kädet saa laittaa multaan ja kylvää pihalle oman pienen kasvimaan. Lavakauluksilla kasvimaan perustaminen onnistuu pieneenkin pihaan.

Lavakauluksen pohjalle voi kerätä risuja ja pihamaan kevätsiivouksen haravointijätettä. Multaa laitetaan vähintään 20 cm. Siemenet kylvetään yleensä touko-kesäkuun vaihteessa ja satoa voi odottaa heinäkuusta pitkälle syksyyn. Muista kastella säännöllisesti!

Kun lapsi pääsee itse kasvattamaan perunaa, porkkanaa, kesäkurpitsaa tai salaattia, on niiden maistaminenkin usein helpompaa. Kertynyttä satoa on mukava juhlistaa sadonkorjuujuhilla!



Ikioma multatehdas

Kädet multa -toimenpiteinä päiväkodeissa kokeiltiin bokashointia eli ruokajätteiden kierrättämistä hyödyllisten mikrobien ja fermentoinnin avulla. Tämä Japanista peräisin oleva menetelmä sai suuren suosion pilottipäiväkodeissa.

Bokashointi soveltuu hyvin kotiin tai mökille. Sen avulla on mahdollista kierrättää omat biojätteet takaisin mullaksi omaan puutarhaan tai kasvimaalle.

Bokashointi tapahtuu bokashiastian avulla. Astia täytetään kerran päivässä päivän aikana kertyneillä biojätteillä. Jätteet tiivistetään astian pohjalle ja päälle ripotellaan siihen tarkoitettua mikrobiseosrouhetta. Kun astia on täynnä, annetaan jätteiden fermentoitua vähintään kaksi viikkoa.

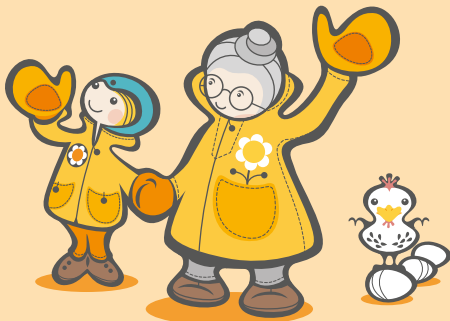
Fermentoinnin jälkeen perustetaan multatehdas. Bokashin sisältö sekoitetaan mullan kanssa erillisessä astiassa ja peitellään vielä kerroksella puhdasta multaa. Sen jälkeen tämä multatehdas saa muhia noin kuukauden verran. Lopputuloksena astiassa on valmista, erittäin kuohkeaa ja ravinteikasta multaa.



Lajittelu ja kierrätys

Kierrättäminen hillitsee ilmastonmuutosta. Se vähentää neitseellisten raaka-aineiden ja energian tarvetta, sillä kierrätetyn materiaalin uudelleenkäyttö vie usein vähemmän energiaa ja vettä. Kierrätysmateriaalista valmistetun lopputuotteen ympäristöjalanjälki on huomattavasti pienempi kuin neitseellisistä raaka-aineista valmistetun.

Mahdollisuudet jätteiden kierrättämiseen vaihtelevat kunnittain. Yleisesti Suomessa kerätään jo keräyspaperia ja -pahvia sekä lasi-, metalli- ja ongelmajätteitä, monin paikoin myös biojätteitä, kartonkisia nestepakkauksia ja energia- tai muovijätettä. Myös ongelmajätteen sekä kotitalouksien ja sähkö- ja elektroniikkalaiteromun kierrätys onnistuu. Keräyspisteet voivat olla kiinteistökohtaisia tai alueellisia. Selvitä kierrätysmahdollisuudet alueelliselta jätehuolto-yhtiöltä.





KÄDET MULTAAN

Kirjavinkkejä

Lapset kuuntelevat mielellään satuja.

Tästä listasta löydät kivoja kirjavinkkejä yhteisiin lukuhetkiin.

- Christina Björk: Linnea maalarin puutarhassa
- Michael Bond: Paddington puutarhurina
- Katie Daynes: Fiksut faktat – Miten kasvit kasvavat?
- Giuliano Ferri: Ihmeellinen syntymäpäivälahja
- Alex Frith: Roskat pois! Kurkista ja kierrätä
- Anna Gullichsen: Satu ja Päärynäpuun Pyyre
- Iiris Kalliola, Lasse J Laine: Suomen lasten retkeilyopas
- Lars Klinting: Kassu puutarhurina
- Marika Kokkonen: Roska-Reima ja jätevuoren valloitus
- Titta Kuisma: Lapsen oma luontoretki
- Marianne Mattila: Pikkutassujen kasvikirja – villiyrttejä etsimässä
- Mari Mörö: Jutta ja Julius puutarhan parissa
- Reetta Niemelä: Miljan puutarha
- Niemelä-Pelliccioni-Rönkkä: Nähdään majalla, pörriäisagentit
- Niemelä-Pelliccioni-Rönkkä: Nähdään majalla, lintuagentit
- Niemelä-Pelliccioni-Rönkkä: Nähdään majalla, kasviagentit
- Sanna Pelliccioni: Onni-poika ja parvekeviidakko
- Sanna Pelliccioni: Onni-pojan kierrätyskirja
- Marjo Nygård: Kaikessa on itua – Siilin puutarhassa
- Tiina Nygård, Marjo Nygård: Hulivili ja oikkuileva ilmasto
- Salla Savolainen: Kirpputorikoira Napo
- Annastiina Syväjärvi: Yllin kyllin
- Liisa Sääksilähti: Mummon ja lasten luontokirja 2 Kotipihan kasvit
- Ulrika Widmark: Piia ja Piki puutarhureina – Puutarhakirja pienille



Miksi kädet multa?

Lapset ovat luonnostaan uteliaita ja tutkivat ympäristöään ennakkoluulottomasti. Kau-pungistumisen ja teollistumisen myötä monilla lapsilla on kuitenkin jäänyt vieraaksi monet aiemmin itsestään selvät asiat, kuten mistä maito tulee tai missä peruna kasvaa. Myös ruokavaliomme on muuttunut. Kuuden kourallisen kasvistavoite päivässä jää yhä useammalta saavuttamatta.

Laitamalla kädet multa esimerkiksi kasvattamalla omia yrtejä tai salaattia sekä lisäämällä kasvisten syöntiä voidaan tutkitusti parantaa elimistön hyvää mikrobistoa ja siten myös vastustuskykyä. Kasvattamalla kasviksia siemenestä tai istuttamalla taimia kasvulavaan lapset oppivat taas löytämään kasviksien reitin pellolta pöytään.

Kiinnittämällä omassa kodissa huomiota kierrätykseen ja ruokahävikin vähentämiseen voimme vaikuttaa ravinteiden kiertoon. Kierrättäminen myös hillitsee ilmastonmuutosta ja laajentaa ruoan reitin pellolta peltoon.

Tässä Maa- ja kotitalousnaisten tuottamassa vihkosessa on yhdessä lasten kanssa ko-tona toteutettavia toimia.



Ympäristöministeriö
Miljöministeriet
Ministry of the Environment



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

Tämä vinkkivihkonen on tuotettu Maa- ja kotitalousnaisten toteuttaman ja ympäristöministeriön rahoittaman Kädet multa -hankkeen toimenpiteenä.