

Ter informatie, de inhoudstafel (p. 10-34) van de 3 boekdelen medio 2024. Met een aangepaste indeling proberen we de structuur van boek en website meer op elkaar af te stemmen en parallel te houden. Door lay-out en aanvullingen kunnen paginanummers behoorlijk afwijken. (En valt hier lay-out en uitlijning in het water.)

1.1.1	Inhoud	
1	INDELING	5
1.1.1	Kort overzicht	5
1.1.2	Ken je het verschil tussen	7
1.1.3	Inhoud	10
1.1.4	Werken met dit boek (of de website)	35
1.1.5	Van waar komt de info in dit boek (en op de website)?	35
1.1.6	Papier is geduldig	38
1.1.7	Gebruikte afkortingen	39
1.1.8	Bemerkingen over beperkingen	40
1.2	'T OVER-LEVEN IS KIEZEN, EN DOEN	42
1.2.1	Van duurzaam naar natuurzaam	44
1.2.2	Zelfvoorziening: traditionele kennis bewaren en doorgeven	45
1.2.3	Overleven of zelfvoorziening?	47
1.2.3.1	Wat is overleven (niet)?	47
1.2.3.2	Wat is zelfvoorziening?	49
1.2.4	Bedreigingen, tussen hoop en wanhoop	53
1.2.5	Zelfvoorziening: shit of fun, merde of romantiek?	56
1.2.6	Test-je: kan ik overleven?	58
1.2.7	Zélf doen. Bereid je voor. Nu. Niet morgen.	59
1.2.8	SAMEN-werken, 1 + 1 = 3, beter fijner	61
1.2.9	De ideale groepsgrootte	64
1.2.10	Cursussen: dorst naar kennis lessen	66
1.2.11	Contact, vragen, uitwisseling,...	67
2	AARDE, LUCHT, WATER EN VUUR	68
2.1	GEZONDE LUCHT: EERSTE LEVENSVORWAARDE	68
2.1.1	(Waar) is er nog gezonde lucht?	70
2.1.2	Dieren en planten voorspellen het weer	73
2.1.3	Verschil tussen weer en klimaat	73
2.1.4	Weerverschijnselen	75
2.1.5	Het weer 'voorspellen'	78
2.2	WATER, BRON VAN ALLE LEVEN	80
2.2.1	Op & in de grond. Tips om water te vinden	82
2.2.1.1	Bron, wel te wichelen?	83

2.2.1.2	Je kan water drinkbaar maken - filteren	85
2.2.1.3	Chemisch desinfecteren	87
2.2.1.4	Kook ziekmakers dood	88
2.2.1.5	Gedestilleerd water: zuiver en betrouwbaar	90
2.2.2	Water in andere vormen: dauw, sneeuw en ijs	90
2.2.2.1	Menselijke urine is drinkbaar	91
2.2.2.2	Water, uit de lucht gegrepen: hemelwater, gratis & eco	92
2.2.2.3	Wolkenmelkers en mistvangers	94
2.2.2.4	Waterzuivering kan kleinschalig	96
2.2.2.5	Watervervuiling afgevoerd	97
2.2.3	Water en wetenschap: hoe lang kan een mens zonder water?	98
2.2.3.1	Voor hoeveel procent bestaat de mens uit water?	99
2.2.3.2	Hoeveel % aarde oppervlakte is bedekt met water?	100
2.2.3.3	Chemisch: H ₂ O de samenstelling ontleed	101
2.2.3.4	Waterverbruik door producten	102
2.2.4	Water en techniek	103
2.2.4.1	Wie een put graaft staat erin	105
2.2.4.2	Water opvoeren	107
2.2.4.3	Waterslagpomp ramt water bergop	109
2.2.4.4	Waterpomp: lang niet zo lomp	113
2.2.4.5	Antieke pomp herstellen	115
2.2.4.6	De schroef van Archimedes	120
2.2.4.7	Spiraalpomp: trage pomp, hoge opvoer	121
2.2.4.8	Waterputten en kanalen uit de oudheid	123
3	DRANK: WARM, %, KOUD,°	125
3.1	KOFFIE: KOP OP!	125
3.1.1	Cichorei roosteren: koffiesurrogaat	127
3.1.2	Eikelkoffie koken	127
3.1.3	Moutkoffie of gerstekoffie brouwen	127
3.1.4	Thee voor twee	128
3.1.5	Kamille soorten: echte, valse, roomse e.a.	131
3.1.6	Warm weer: warm of koud drinken?	132
3.1.7	Limonade: met siroop smaken maken	133
3.1.8	Drank op basis van melk	135
3.1.9	Alternatief: drink boom-sap	136
3.2	ALCOHOL: DRANK, BRANDSTOF, OPLOS- EN REINIGINGSMIDDEL	137
3.2.1	Zelf wijn maken : beknopte basis	138
3.2.2	Schuimwijn of bubbels maken	141
3.2.3	Cider en mede maken	143
3.2.4	Wijn met toevoegingen	144

3.2.5	Alcohol stoken: voorkom methanol	145	
3.2.6	Stookwijn: basis voor booze	147	
3.2.7	Destilleren: sterk spul	148	
3.2.8	Zelf bier brouwen, een vak	150	
4	VOEDSEL VINDEN: KEN DE NATUUR	153	
4.1.1	Oogsten: pluk fruit tijdig en voorzichtig	154	
4.1.2	Vergeten Vreemde Vruchten -mispel, kerspruim	157	
4.1.2.1	Kweepeer	158	
4.1.2.2	Roodvlezige appels	159	
4.1.3	Oogsten in de stad	160	
4.1.3.1	Bloemenbak wordt groentebak in de eetbare stad	160	
4.1.3.2	Stiekem enten	161	
4.1.3.3	Oogsten buiten de stad	163	
4.1.4	Pittige nootjes – Van de noot een deugd maken	164	
4.1.4.1	Zonnebloempitten	164	
4.1.4.2	Dennenzaadjes	165	
4.1.4.3	Beukennootjes	166	
4.1.5	Giftig eetbaar	167	
4.1.6	Eetbare bomen	170	
4.1.7	Eetbare bodembedekkers	174	
4.1.8	Eetbare wortels	176	
4.1.9	Eetbare bloemen	176	
4.1.10	Eetbare siertuin eetbare sierplanten	178	
4.1.11	Eetbare kamerplanten	183	
4.1.12	Eetbaar keukenafval	186	
4.1.13	Eetbare onkruiden, de vervelende	187	
4.1.14	Eetbare waterplanten	191	
4.1.14.1	Veelbelovend eendenkroos	193	
4.1.15	Eetbaarheidstest : voorzichtig!	194	
4.1.16	Giftige gelijkenis. Vergissen = vergiffen	195	
4.1.17	Vieze verschillen	198	
4.1.18	Vlierbessen en bloesems	200	
4.1.19	Paddenstoelen: lekker. Voor kenners.	202	
4.1.20	(Niet) eetbare dieren (delen)	205	
4.2	VOEDINGSLEER: VOEDINGSSTOFFEN, VOEDINGSWAARDE	208	
4.2.1	Honger, trek, vasten, emo-eten	212	
4.2.2	Energie uit voeding	213	
4.2.2.1	Energie in ieder hapje	215	
4.2.3	Vetten: ook verzadigd?	216	
4.2.4	Eiwitten en aminozuren	218	

4.2.5	Koolhydraten, diverse suikers	219
4.2.5.1	Zoetstoffen	221
4.2.6	Sporenelementen in de voeding: een ietsje metaal	223
4.2.7	Een aantal vitamines: een heel ABC	224
4.2.8	Spijs-verteren	227
4.2.9	Voedsel beter koken of rauw eten?	231
4.3	VOEDSEL OPSLAAN	233
4.3.1	Lichaamsvetten zijn reserves	234
4.3.1.1	Gezond oud worden	238
4.3.2	Voedsel bewaren: dé overlevingskunst	239
4.3.3	Bederf: alles verandert	241
4.3.4	BEPERK VOCHT Voeding drogen, de oudste techniek	243
4.3.4.1	Hulpmiddelen om voedsel te drogen	246
4.3.4.2	Rook vlees of vis	247
4.3.5	BEPERK LUCHT Steriliseren of inmaken	248
4.3.6	BEPERK temperatuur - koelpot of zeer, en kangeena	250
4.3.6.1	Ijskast: al eeuwen oud	252
4.3.6.2	Ijskelder	253
4.3.6.3	Diepvriezer energietips	254
4.3.6.4	Koelte maken in de hitte: kon 2.400 jaar geleden al in o.a. Perzië (nu Iran)	254
4.3.7	Vleesch bewaren – tijd van toen	256
4.3.7.1	Oude huishoudtips	257
4.3.8	OPLEGGEN op olie, alcohol, azijn, zout, suiker / siroop	260
4.3.8.1	Gekonfijt bewaart beter	261
4.3.8.2	Gelei en confituur: jam-jam!	263
4.3.8.3	Zuurkool	265
4.3.8.4	Fermenteren, lekkere verzuring	266
4.3.8.5	Inkuilen volgens de regels	267
4.3.8.6	Zout uit zee of mijnbouw	271
4.3.8.7	Microleven: een hekel aan pekel	274
4.3.9	Waardevolle overwintersaars, wintervaste groenten	276
4.3.9.1	Wintergroente witlof	277
4.3.9.2	Weeuwenteelt	278
5	BASISBEREIDINGEN	279
5.1	ZUIVEL	279
5.1.1	Elk ei eetbaar	279
5.1.1.1	Rauw ei, uitgekookte bewaartrucs	282
5.1.2	Melk	284
5.1.2.1	Procedés voor verbeterde melkbewaring	286

5.1.2.2	Karnemelk	287	
5.1.2.3	Yoghurt en kefir	287	
5.1.3	(D)room lekker	290	
5.1.4	Boter maken, geen kunst	291	
5.1.5	Kaas is rijpe bewaarmelk	293	
5.1.5.1	Zuursel	294	
5.1.5.2	Plantaardig stremsel	296	
5.2	VOEDSEL BEREIDEN, DE THUISBASIS	297	
5.2.1	Malen: bloem+zemel=meel, + kaf=graan	299	
5.2.1.1	Brood maken	301	
5.2.1.2	Ontbijtgranen, haver, muesli, vlokken	302	
5.2.1.3	Romeinse methoden om gist te maken:	303	
5.2.1.4	Graanproducten: brood, ouwel, taart, pasta	304	
5.2.2	Suiker zoet: met en klontje in het riet	308	
5.2.2.1	Zelf suiker maken	309	
5.2.2.2	Andere zoetmakers: stevige stroop stoken	310	
5.2.2.3	Stevia, lang verboden zoet	310	
5.2.2.4	Zoethout houdt zoet	311	
5.2.2.5	Zoetmakers, zoetstof, zoethouders ☐	311	
5.2.3	Zelf azijn maken: eenvoudig	312	
5.2.4	Mosterd makkelijk maken	314	
5.2.5	Mayonaise, altijd gelukt!	315	
5.2.5.1	Salsa time	316	
5.2.6	Snoep zelf maken	317	
5.2.6.1	Inheemse gom: kauw- of eetbaar?	322	
5.2.6.2	Feest en snoepgebak: koekjes, wafels, donuts... zelf maken	324	
5.2.6.3	Party snacks zelf maken	327	
5.2.7	Oorlogsrecepten met hongersaus	329	
5.2.8	Kookvocht vol vitaminen	335	
5.2.9	Koken, braden, stom/ven...	337	
5.2.9.1	Koken met stenen	339	
5.2.9.2	Stoompot en wok	340	
5.2.10	Restjes eten verwerken	342	
5.2.11	Oude, minder gekende en vreemde bereidingen	344	
5.3	VEGETARISCH - SOORTEN VEGETARIËRS	345	
5.3.1	Waarom zonder (of minder) vlees?	346	
5.3.2	Vleesvervangers (en waarom)	347	
5.3.3	Notenmelk en -gehakt	351	
5.3.4	Zelf seitan maken, en hummus, falafel, tofoe, tahin	353	

6	LAND- & TUINBOUW = INDUSTRIE? GROND, -BEWERKING EN MEST	
	355	
6.1.1	Grondsoorten: zand, leem of klei	357
6.1.2	Grond, eigenschappen en structuurbegrippen	360
6.1.3	Hellingen beplanting tegen erosie	362
6.1.4	Ontginnen van woeste grond	364
6.1.5	Draineren: water regelen	365
6.1.6	Water opvangen, bufferen, gedoseerd gebruiken	366
6.1.7	Droogteresistente gewassen	367
6.1.8	Graven en ploegen is zwoegen	371
6.1.9	Vruchtwisseling en vierslagstelsel	373
6.1.10	Gewasfactor en referentiegewasverdamping	375
6.1.11	Voedselrijke gewassen voor zelfvoorzieners	376
6.1.12	Mest, kringloop van leven	378
6.1.13	NPK kunstmatig geproduceerd mest: duur, vluchtig en schaars	383
6.1.13.1	Organische mest	383
6.1.13.2	Kunstmest ≠ NPK	383
6.1.14	Zelf plantengier maken, smeewortelconcentraat en wortelhormoon	386
6.1.15	Composteren kan iedereen leren	387
6.1.15.1	Bokashi (versus compost)	391
6.1.16	Geschiedenis en evolutie van alternatieve landbouw	394
6.1.16.1	Elektrocultuur, een buitenbeentje	395
6.1.17	Biologisch is eco logisch	396
6.1.17.1	Biologisch-dynamische landbouw	396
6.1.18	Combinatieteelt	398
6.1.19	Permacultuur en mulchen	401
6.1.19.1	Mulchen	402
6.1.20	Agroforestry of boslandbouw	403
6.1.20.1	Regeneratieve of herstellende landbouw	404
6.1.20.2	Fytoremediatie: planten saneren de bodem	405
6.1.21	Voedselbos: natuurvriendelijke productie	407
6.1.22	Bodem(leven) cultiveren	411
6.2	METHODEN OOGSTSEIZOEN VERLENGEN.	412
6.2.1	Broeibak: vroeger oogsten	412
6.2.2	Serre of kas, huisje in glas	413
6.2.3	Fruitmuur microklimaat	416
6.2.4	10 x vroeger én later oogsten, het oogstseizoen spreiden	418
6.2.5	Onkruidbestrijding, de bij voorbaat verloren strijd	421
6.2.6	Sproeien met azijn, javel, waspoeder	423

6.2.7	Wieden is planten kiezen	424	
6.2.8	Observeren om te leren: berenklauw wieden	427	
6.2.9	Groenbemesting met vlinderbloemigen	428	
6.2.10	Graansoorten met en zonder gluten	429	
6.2.10.1	Het kaf van het koren scheiden.	431	
6.2.11	Graan: onderscheid tarwe, rogge, gerst...	433	
6.2.12	Biologische bestrijdingsmiddelen	440	
6.2.13	Bio-logische plantenlabels	441	
6.2.14	Gewas opbrengst	442	
6.2.15	Hoeveel m2 grond moet je bewerken om zelfvoorzienend te zijn?	444	
6.2.16	Indicatorplanten	446	
7	DE (MOES)TUIN: GROENTEN EN KLEINFRUIT	454	
7.1.1	Aardappel: kost voor survivors	457	
7.1.1.1	Andere aardknollen	462	
7.1.2	Tomaat binden en dieven	465	
7.1.3	Kruipende (ranken) komkommer, augurk	467	
7.1.3.1	Pompoen en courgette	469	
7.1.4	Meloen	471	
7.1.5	Peulvruchten (erwten, bonen)	472	
7.1.6	Knolraap en koolraap, raapkool, koolrabi, apekool	478	
7.1.6.1	Koolweetjes en koolwitjes	480	
7.1.7	Wortelgewassen	483	
7.1.8	Bladgroenten	487	
7.1.9	Ui-achtigen	490	
7.1.10	Peper, paprika, aubergine	493	
7.1.11	Doorlevend in de tuin	496	
7.2	MOESTUIN EXTRA'S - (TUIN)KRUIDEN	501	
7.2.1	Specerijen van eigen bodem	506	
7.2.2	Tabak als ruilmiddel?	509	
7.2.3	Fruitsoorten	511	
7.2.4	Vogels afschrikken	513	
7.2.5	Speciale technieken: bleken, kiemen ...	515	
7.2.6	Groenten in de schaduw	517	
7.2.7	Snij- en pluk groenten die hergroeien	519	
7.2.8	Mini groenten	521	
7.2.9	Victory tuinen	523	
7.2.10	Zuinig water geven in een droge tuin	524	
7.2.11	Zuinig water vangen en recupereren voor de tuin	527	
7.2.12	Paddenstoelen kweken	529	

8	PLANTEN VERMEERDEREN	533	
8.1.1	Zaaien: de kneepjes van het vak	535	
8.1.2	Zaaien: wanneer, hoe diep, welke grond,...	537	
8.1.3	Hoeveel zaad heb je nodig op een perceel?	540	
8.1.4	Bestuiven: plantenseks	541	
8.1.5	Erfelijke eigenschappen en kruising	542	
8.1.6	Hybride: vreemde kruisingen	544	
8.1.7	Inteelt blijft in de familie	545	
8.1.8	Je zaad verspreiden	546	
8.1.9	Zaad verzamelen	547	
8.1.10	Delicaat: bewaar zaad	549	
8.1.11	Lichtkiemers, koudekiemers, donkerkiemers.	552	
8.1.12	Koudekiemers	554	
8.1.13	De internationale zadenbanken van Spitsbergen	555	
8.1.14	Verschil groente en fruit	558	
8.1.15	Wat is het verschil tussen een walnoot en een okkernoot?	559	
8.1.15.1	Kastanje, eikel, pit, boon, zaad	563	
8.2	VERMEERDEREN EN VERZORGEN. STEKKEN: STOKJES STEKEN	565	
8.2.1	Afleggers laten wortelschieten	567	
8.2.2	Enten: oude voet, andere kop	568	
8.2.3	Plantenhormonen	570	
8.2.4	Tekorten in plantenvoeding	574	
8.3	LUCHTSNOEIEN VAN PLANTENWORTELS (BIJ POTPLANTEN)	575	
8.3.1	Plantencommunicatie	577	
9	ALLEMAAL BEESTJES	579	
9.1.1	Virussen leven niet/nauwelijks	580	
9.1.2	Bacterie: nuttig en schadelijk	582	
9.1.3	Schimmels: genezen en doden	584	
9.1.3.1	Schimmels in de tuin	587	
9.1.4	Gist: pep voor brood, bier en wijn	589	
9.1.5	Zuurdesem zelf maken	591	
9.1.6	Melkzuurbacteriën of lactobacilli	592	
9.1.7	Rijsmiddelen: gist, bakpoeder, zuurdesem en baking soda	592	
9.1.8	Biofilm	594	
9.2	PLAAGDIERTJES	595	
9.2.1	Lak aan slak? Geef ze eend	596	
9.2.2	Escargots, beter dan slakken	598	
9.2.3	Segrijnslakken of caracollen	599	
9.2.4	Fruitlegjes vervelende stipjes	601	
9.2.5	Bladluizen, vervelende kleinigheden	601	

9.2.6	Mieren: geef ze hun plaats	604	
9.2.7	Kakkerlakken	606	
9.2.8	Nachtvlinders motten oprotten	607	
9.2.9	Houd meelmot, voorraadmot, vruchtmot uit je kot		608
9.2.10	Zilvervisjes	608	
9.2.11	Zonder rups geen vlinder	609	
9.3	PLAAG(ZOOG)DIEREN - DE VOS DE KLOS		612
9.3.1	Hazen ver-jagen	613	
9.3.2	Konijn: knaagtand niet plezant	613	
9.3.3	Ree en ever uit je tuin houden	614	
9.3.4	Hoe mollen mollen?	615	
9.3.5	Egel: nuttige vennoot	617	
9.3.6	Angst voor muizen? Vang ze	621	
10	WIE IS WILD VAN WILD?	628	
10.1	WILDRASTER	629	
10.2	TE LAND - REE, GEBRAAD, RAGOUT...		630
10.2.1	Edelherten, de comeback	634	
10.2.2	Wild zwijn festijn	636	
10.2.3	Konijn smaakt fijn	638	
10.2.3.1	Konijnen graven pijpen (en niet omgekeerd)		640
10.2.4	Haas wint van konijn	641	
10.2.5	Hamster: slinkende aantallen	642	
10.2.6	Eekhoorn, mager wild	644	
10.2.7	Rat = eetbaar	645	
10.2.8	Muisjes en muizen: mini maal	648	
10.2.9	Stadswild	650	
10.2.10	Slangen	652	
10.3	IN DE LUCHT (OF GEVLEUGELD) - GANS MET GLANS		654
10.3.1	Hoe vang je een eend?	656	
10.3.2	Patrijs of veldhoen	660	
10.3.3	Faliekant voor fazant	662	
10.3.4	Houtsnip polygaam	664	
10.3.5	Houtduiven of houd duiven	666	
10.3.6	Kwartel(tje) voor vlees en ei	668	
10.3.7	Kievit, sms voor een ei	669	
10.3.8	Meeuwen: (niet) te (vr)eten?	671	
10.3.9	(Blinde) vink, mus, mees: allemaal vlees.		673
10.3.10	Broodje lijster, merel of spreeuw	676	
10.4	BIJ HET WATER - REIGER PANNETJE		679
10.4.1	Rillen van kikkerbilen	682	

10.4.2	Muskusrat eet je als waterkoning	684	
10.4.3	Rivierkreeft geeft de geest	686	
10.4.4	De bever, een (her)introductie	687	
11	ONZE ROOFVOGELS EN ROOFDIERTJES	689	
11.1.1	Bijtkracht	691	
11.1.2	Speciale spijsverteringsmethoden	693	
11.2	MARTERACHTIGEN - DASSEN PASSEN IN BOSSEN		694
11.2.1	Steenmarters: overlast	696	
11.2.2	Boommarter: zeldzaam en schuw	697	
11.2.3	De bunzing is een stinkding	698	
11.2.4	Nerts: pelsdier en waterdier	700	
11.2.5	Hermelijn maakt het bont	701	
11.2.6	De wezel, het kleinste roofzoogdier	702	
11.2.7	Otter, verdwenen visjager	703	
11.3	HONDACHTIGEN - VOSSEN CROSSEN DOOR BOSSEN		705
11.3.1	Wolven: comeback?	707	
11.3.2	De goudjakhals is op komst	709	
11.4	KATACTIGEN: WILDE KAT	710	
11.4.1	Lynx of los: scherpe ogen en klauwen	710	
11.5	EXOTEN - WASBEER VEROVERT EUROPA		712
11.5.1	Wasbeerhond	714	
11.5.2	Exoten verstoten.	715	
11.6	ROOFVOGELS	719	
11.6.1	Havik huist in hoge horst	720	
11.6.2	Buizerds bidden voor het eten	721	
11.6.3	Wespendief: veel loof op het nest	722	
11.6.4	Kiekendieven zijn grondbroedvogels.	723	
11.6.5	De sperwer zweef-vliegt afwisselend	724	
11.6.6	Uilenogen en- oren zijn speciale sensoren		725
11.7	KRAAIACHTIGEN - VLAAMSE GAAI: KLEURRIJK ALARM		728
11.7.1	Ekster in zwart wit en spiegel	730	
11.7.2	Kraai, zwarte alleseter	731	
11.7.3	Raaf, wigvormige staart	731	
11.7.4	Roek draagt een broek	732	
11.7.5	Kauw: grijze wang, witte iris.	733	
12	JACHT EN VISVANGST WAREN NOODZAAK		734
12.1	VISSEN: KEN JE PROOI	736	
12.1.1	Hengel, dobber, haak en aas	737	
12.1.2	Nachtvissen mag niet (meer)	739	
12.1.3	Paling peuren: aal vangen met feeling	740	

12.1.4	Europese zalm: overvloed voor armen	741	
12.1.5	Spiesen met harpoen. Kan licht breken?	742	
12.1.6	Soorten netten voor visvangst	745	
12.1.7	Vis af- en schoonmaken	746	
12.1.7.1	In eigen schaalpje: schaaldieren	747	
12.1.8	Boot(je) bouwen en -varen.	748	
12.1.9	Vogels vissen	750	
12.2	JAGEN: NIET ONZE NATUUR	751	
12.2.1	Werpstok of boemerang	753	
12.2.2	Speer: simpel basiswapen	754	
12.2.3	Speerwerper of atl(atl)	755	
12.2.4	Slinger supersnel	756	
12.2.5	Bola: jacht met ballen	757	
12.2.6	Boog: wereldwijde jachtopper	758	
12.2.7	Kruisboog, verhoogde vuurkracht	760	
12.2.8	Polybolos en snelvuurbogen	761	
12.2.9	Blaaspijp of blaasroer en pijlgif	762	
12.2.10	Fret jaagt konijn. De pijp uit.	764	
12.2.11	Jacht met/op roofvogels	765	
12.3	VANGEN MET VALLEN. EN OPSTAAN.	768	
12.3.1	Dode dieren eten	769	
12.3.2	Stropen is illegale jacht	771	
12.3.3	Valkuil.. voor een ander...	772	
12.3.4	Vang levend en mooi met een kooi	773	
12.3.5	Een rat doden	775	
12.3.6	Lijmstok, verboden techniek	777	
12.3.7	Netten	779	
12.3.8	Noodonderkomen onderweg	779	
12.3.9	Insecten eten: mini hapjes	780	
12.3.9.1	Wereldwijd insectenmenu	783	
13	GEEN VLEES ZONDER SLACHT	787	
13.1	EEN VARKEN SLACHTEN	789	
13.1.1	(Varkens)bloed(worst)	792	
13.1.2	Bloedworst en balkenbrij	793	
13.1.3	Villen willen leren	795	
13.1.4	Ontweien: trekken en snijen	796	
13.1.5	Orgaanvlees: alles is eetbaar	796	
13.1.6	Darm: het vel van de worst	798	
13.1.7	Blaas, maag, botjes: alles is bruikbaar	800	
13.1.8	Taboe-delen: uier, testikel: geen bal waard?	802	

13.1.9	Een rund slachten	804	
13.2	PLUIMVEE KOPPENSNELLEN	805	
13.2.1	Hanenkam en kippenpoot	806	
13.2.2	Watervogels plukken of pluimen	806	
13.2.3	Slachtafval	809	
13.2.4	Besterven van vlees	811	
13.3	SLACHT VERWERKEN - UITBENEN, TOT OP HET BOT		812
13.3.1	Reuze in de pan: reuzel	814	
13.3.2	Vleesgewicht: van hoven naar oven	815	
13.3.3	Begrippen rond slachthuis en vleesrendement	816	
13.3.4	Huiden bewerken tegen rot	818	
13.3.4.1	Roken conserveert huid. (Dode -)	818	
13.3.4.2	Looien, da's klooiën	819	
14	DIEREN DOMESTICEREN	822	
14.1	DE HONINGBIJ BIJ DE HONING	825	
14.1.1	Taakverdeling: werksters werken	827	
14.1.2	Bijenvoedsel	828	
14.1.3	Koninginnenbrij: goddelijk goed	829	
14.1.4	Propolis is kithars	829	
14.1.5	Was: da's pas kras	830	
14.1.5.1	Alternatieve folie: wasdoek	830	
14.1.5.2	Soorten was	831	
14.1.6	Bijenkast : productie-unit te huur	833	
14.1.7	Oogsten, honing roven	833	
14.1.8	Bedwelmen: de rook om je hoofd...	834	
14.1.9	Honing slingeren	835	
14.1.10	Bijensteken: pijnlijk gif	836	
14.1.11	Bijen dansen	837	
14.1.12	Bijenkorf , de originele	838	
14.1.13	Bij: naakt-, vroeg- en laatbloeiërs	839	
14.1.13.1	Struikachtigen	840	
14.2	DIEREN HOUDEN	842	
14.2.1	HUISDIEREN - de huiskat houdt (van) mensen	844	
14.2.2	De hond: van trek- tot schoot-	845	
14.3	WATER EN DIEREN - VISVIJVER: PROTEÏNEBRON	848	
14.3.1	Reiger weghouden van de visvijver	850	
14.3.2	Aquaponics: symbiotische dubbelteelt	851	
14.3.3	Een natuurlijke vijver (of dam) (waterdicht) maken	854	
14.4	PLUIMVEE - KIPPEN: SCHARRELEN LOONT	856	
14.4.1	Broeden stimuleren of stoppen	858	

14.4.2	Kortwieken of leewieken	858
14.4.3	Verplaatsbaar hok: hulptuinier	861
14.4.4	Duiven gaan uit eten	863
14.4.5	Ganzen grazen zich vet	865
14.4.6	Eend: efficiënte slakkenvanger	868
14.4.7	Zwanen	870
14.4.8	Kalkoen viert Kerst met ons	871
14.4.9	Pauwen, oog voor de show	872
14.4.10	Broedtijden. Tabel BROEDTEID	873
14.4.11	KLEINVEE - kweken als konijnen	876
14.4.11.1	Zelf hazen kweken	877
14.4.11.2	Varken, een levende spaarpot	878
14.4.11.3	Schaap: nuttig tot op de draad	881
14.4.11.4	Verschil haar – wol - vacht – pels - bont	882
14.4.11.5	Tuieren: aan het lijntje houden	883
14.4.11.6	Hoeden –Op- wandel met de dieren	884
14.4.11.7	Potstal: warme stapel mest	886
14.4.11.8	Schaap scheren – jas uit	889
14.4.11.9	Geit: melk en vlees, wereldwijd	890
14.5	VEE HOUDEN	892
14.5.1	De ezel: voorzichtig, niet dom	893
14.5.2	Paard berijden en bereiden	894
14.5.2.1	Paardentuig	895
14.5.2.2	Wild paard: van tarpan naar konik en terug	897
14.5.3	Uitgemolken melkkoe	898
14.5.4	Wanneer kan je een dier laten dekken	900
14.5.5	Draagtijden, drachtig voor een tijdje	903
14.5.6	Nieuw leven	906
14.5.7	De leeftijd van dieren schatten	909
14.5.7.1	Een gekregen paard mag je niet in de bek kijken	910
14.5.7.2	De koe bij de hoorns vatten	912
14.5.7.3	Schaapjes of tanden tellen	912
14.5.7.4	Leeftijd van een kip schatten	913
14.5.7.5	Hond en kat	913
14.6	HOEVEEL DIEREN PER M2 GRASLAND	914
15	WEILAND – WEIDBOUW, OMHEINING EN STAL	916
15.1	BODEMLEVEN	917
15.2	KRINGLOOP VAN SUCCESVOL GRA(A)SLAND	922
15.3	BEWEIDEN EN BEGRAZEN	923
15.4	GRAS	924

15.5	GRASKEUZE EN EIGENSCHAPPEN	927
15.6	GRAS KIEST GROND	931
15.7	WINTERVOER EN STRO(OISTEL)	933
15.8	GRAS MAAIEN: SIKKEL, ZEIS, ZICHT	934
15.8.1	Maaien: techniek i.p.v. kracht	935
15.9	HOOIEN: BEWAARGRAS DROGEN VOOR JE VEE	937
15.10	GIFTIG VOOR VEE	939
15.10.1	100 planten – giftig voor wie?	940
15.10.2	Fototoxische planten en stoffen	953
15.11	OMHEINING	954
15.11.1	De duurzaamheidsklasse \square van houtsoorten	954
15.11.2	Verduurzamen	955
15.12	HAAG, HEG EN HOUTWAL	960
15.13	STALLEN: COMFORT VOOR MENS EN VEE	962
15.14	EET- DRINKBAK, RUIF, TROG	964
15.15	WONDVERZORGING BIJ DIEREN	967
16	NU EN MORGEN VOOR JEZELF ZORGEN	969
16.1	SCHOONMAKEN, POETSEN, (AF)WASSEN: EFFICIËNTE TECHNIEKEN	969
16.1.1	Kleding wassen - (G)een kind kan de was doen	972
16.1.1.1	Was drogen in de winter	975
16.1.2	Steriliseren, ziekmakers weren	977
16.1.3	Hygiëne voor lijf en omgeving, hygiënehypothese	978
16.1.3.1	De hygiënehypothese	978
16.1.4	Kleine ziekmakers	980
16.1.5	Vieze geurtjes: zweetvoet, knoflook e.a. parfum	981
16.1.6	Vieze klussen klaren	986
16.1.7	Reinigen met zeep en sop	987
16.1.8	Zelf zeep zieden	989
16.1.9	Alternatieve zeep	990
16.1.10	Shampoo recht uit de natuur	991
16.1.11	Haarverzorging	992
16.1.12	Voor tandverzorging kiezen	997
16.1.13	Maandverband, not always	1000
16.1.14	Geurige luchtjes vinden	1001
16.1.15	Toilet of wc, kringloop via de plee	1004
16.1.15.1	Composttoilet: afval scheidt den	1006
16.1.15.2	WC papier, toch wel handig	1007
16.1.15.3	Biogas: scheet in een fles	1008
16.2	JEZELF BESCHERMEN	1011

16.2.1	Beschermingsmiddelen en methoden.	1012	
16.2.2	Overleef de hitte(golf)	1015	
16.2.3	Lang, hard lopen of jezelf verdedigen	1018	
16.2.4	Gevecht met een hond	1018	
16.2.5	Aanvallende bok stoppen.	1020	
16.2.6	Zelfverdediging (Martial art): nuttige sport	1020	
16.2.7	Uit de brand	1022	
16.2.8	Door het ijs gezakt	1024	
16.2.9	Inbraak beveiliging	1025	
16.3	E.H.B.O. WONDEN, BREUKEN, KWETSUREN VERZORGEN		1027
16.3.1	Builen en blauwe plekken, de bluts met de buil	1028	
16.3.2	Splinters (doornen, stekels, (cactus)naalden)	1029	
16.3.3	Blaren bedaren	1029	
16.3.4	Brandwonden: water, de rest komt later	1030	
16.3.5	Je schaafwonden likken	1030	
16.3.6	Met klem: 10 jaar voor tetanus	1031	
16.3.7	Snijwonden, knevel en hechten	1033	
16.3.8	Bloedgroepen	1035	
16.3.9	Verstuiking , verzwikking, gewrichtsverdraaiing	1036	
16.3.10	Ontwricht of uit de kom	1036	
16.3.11	Breuk fixeren met spalk	1036	
16.3.12	Bloedneus stoppen door druk	1037	
16.4	NIET-MECHANISCHE LETSELS: ONWEL, ZIEK		1038
16.4.1	(Dreigende) shock behandelen	1038	
16.4.2	Zonnesteek, houd het hoofd koel	1038	
16.4.3	Hersenschudding: rusten	1038	
16.4.4	Reanimeren moet iedereen leren	1039	
16.4.5	Koolmonoxide (CO) vergiftiging: sluipmoordenaar	1040	
16.4.6	Ziekte en symptomen	1041	
16.4.7	Schijt aan diarree	1042	
16.4.8	Het menselijk microbioom: ons eigen ecosysteem	1043	
16.4.9	Epigenetica: overerving van stress	1049	
16.4.10	Verkoudheid en griep: uitzielen	1051	
16.4.11	Koorts vanaf +38,5 °C	1052	
16.4.12	Kramp: spieren (st)rekken	1054	
16.4.13	Hoofdpijn	1054	
16.5	HET LEVEN. SLAAP VAAK EN VOLDOENDE ZZZZZ		1056
16.5.1	Enkele natuurproducten en kruiden bij verzorging	1060	
16.5.2	Verdovende middelen	1063	
16.5.3	Geboorteregeling: de bloem bij de bij	1066	

16.5.4	Geboorte, bevallen	1067	
16.5.5	Gelukkig zijn... maken of worden		1074
16.5.6	Dokter diertjes	1079	
16.5.7	Ongemakjes: hik, wrat, eksteroog of likdoorn		1081
16.6	GEVLEUGELD. ANGELS STEKEN, MONDEN BIJTEN		1083
16.6.1	Jeuk	1083	
16.6.2	Voorkomen is beter dan steken genezen		1085
16.6.3	Hommel en bij: gifpompen	1085	
16.6.4	Wesp: felle steek, leuke taille	1086	
16.6.4.1	Hoornaars	1087	
16.6.5	Mug: vervelende bug	1088	
16.6.6	Steekvliegen zijn d(w)azen		1091
16.6.7	Horzels steken niet	1091	
16.6.8	Vlieg, vloog, vlug	1092	
16.7	ONGEVLEUGELD. MIEREN: PIJN DOOR VENIJN		1094
16.7.1	Teken aan de kant	1094	
16.7.2	Netelige kwestie milderer		1096
16.7.3	Zee-egel: stekel per stekel		1097
16.7.4	Kwal. ('t Is niet persoonlijk.)		1097
16.7.5	Luizen uitpluizen	1098	
16.7.6	Klooien met vlooiën	1100	
16.7.7	Mijten mijden	1102	
16.7.8	Wantsen weten van wanten	1104	
16.7.9	Wormen? Ga niet door het lint.	1105	
17	TEXTIEL EN KLEDING: EEN EXTRA VEL		1109
17.1.1	Onderkoeling	1110	
17.2	VEZELS VAN DIERLIJKE BRON - 1 SCHAAP = 4 KG WOL OP EEN BOL		1112
17.2.1	Kaarden en kammen voor madammen	1113	
17.2.2	Spin-lol met wiel of tol	1113	
17.2.3	Wol verven: elke kleur uit de natuur		1114
17.2.4	Van hetzelfde laken ...	1117	
17.2.5	Vilt maak je van wol	1118	
17.2.6	Raar maar waar: paardenhaar (e.a.)		1119
17.2.7	Zijde: mooi en sterk werk	1120	
17.2.8	Plantaardige zijde bestaat: lotuszijde		1121
17.3	VEZELS VAN PLANTEN - VAN NETEL TOT NETELDOEK		1122
17.3.1	Vlas vlaagt Vlaamse vlijt	1122	
17.3.2	Rapen, repelen en roten	1123	
17.3.3	Brake(le)en en zwingelen	1124	

17.3.4	Een hekel aan hekelen	1124	
17.3.5	Spinnen	1125	
17.3.6	Lijnzaad: grondstof en voedsel	1125	
17.3.7	Vezelhenneep is geen hasj	1125	
17.3.8	Henneep of cannabis: nuttig	1126	
17.3.9	Katoen: milieu on-vriendelijk	1127	
17.3.10	Jute is hier ver van huis	1128	
17.4	STROOIEN HOEDJES: VAN VOGELVERSCHRIKKER TOT EXCLUSIEF MODEACCESSOIRE	1129	
17.5	TEXTIELVERWERKING EN TECHNIEK - WATERDICHT MAKEN		1132
17.5.1	Weven: schering en inslag	1133	
17.5.2	Breien: geen steek laten vallen	1135	
17.5.3	Haken: kleding uit één draad	1136	
17.5.4	Naaien: de les gespeld	1137	
17.5.5	Donsdeken: warm, maar niet voor de gans	1140	
17.5.6	Matras, peluw, kussen en zetel vulling	1140	
17.5.7	Klompen snijden: sabotage?	1145	
17.5.8	Zelf schoen en –smeer maken	1146	
17.6	TOUW SLAAN DOET GEEN PIJN	1150	
17.6.1	Verse vezel voor snel touw	1151	
17.6.2	Vlechten: staartjes, riemen	1153	
17.6.3	Nieuwe alternatieven	1153	
18	AMBACHTEN: VAN JOB NAAR HOBBY	1154	
18.1	AARDEWERK - KLEI VINDEN BEKLIJFT	1155	
18.1.1	Keramiiek in bakgradaties	1156	
18.1.2	Aardewerk ultrafijn is porselein	1157	
18.1.3	Glazuur als glas, en puur	1158	
18.1.4	Klei vormen en kneden	1158	
18.1.5	Potten draaien: ge(con)centreerd	1159	
18.1.6	Schopschijf schopt nooit terug	1159	
18.1.7	Primitief pottenbakken in een veldoven	1161	
18.1.8	Steengoed: van glazen fles naar aarden kruik	1162	
18.2	GLAS - MAKEN UIT ZAND	1165	
18.2.1	Glas blazen tot glazen	1166	
18.2.2	Glas slingeren en vormen	1167	
18.2.3	Vlakglas gieten of trekken	1168	
18.2.4	Kristal: schitterend loodglas	1169	
18.2.5	Spiegel: kwik of zilver	1170	
18.2.6	Stopverf maken	1171	
18.2.7	Glassnijder en breken	1172	

18.3	HOUT, VEZEL EN TWIJG - BASISMATERIAAL	1174
18.3.1	Van duig tot kuip of ton	1175
18.3.2	Lattensplijten voor planfonds en muren	1177
18.3.3	Manden vlechten van twijgen	1179
18.3.4	Biezen pakken en (pit)riet vlechten	1182
18.3.5	Bezems binden	1183
18.3.6	Perkament prepareren	1185
18.3.7	Papyrus maken	1185
18.3.8	Papier slaan en persen	1186
18.3.9	Karton of bordpapier	1187
18.4	BRANDSTOF EN LICHT - KAARS: VET MET PIT	1188
18.4.1	Van bijenraat naar waskaars	1190
18.4.2	Waar brandt de olielamp	1192
18.4.3	Olie persen of slaan	1194
18.4.4	Olie opbrengst per gewas	1197
18.4.5	Petroleumlamp: je licht opsteken	1199
18.4.6	Vreemde oude beroepen	1200
19	IJZER UIT OER, PUIMSTEEN OF ERTS	1203
19.1	PRIMITIEF WELIJZER MAKEN	1204
19.2	SMEEDIJZER: KWALITEIT DOOR LABEUR	1205
19.3	STAAL, BETER DAN IJZER	1206
19.3.1	Legeringen en toevoegingen	1206
19.4	STAALHARD STAAL HARDEN	1207
19.5	TEMPEREN OF ONTLATEN	1208
19.6	IJZER OPKOLEN TOT STAAL	1209
19.7	STAAL UIT DE HOOGOVEN	1210
19.8	GIETIJZER KWALITEITEN	1212
19.9	METAAL BEWERKEN - LAMINEREN, GENERFD STAAL	1213
19.9.1	Smeden is zweten	1214
19.9.2	Gereedschap zelf smeden is creatief maatwerk voor iedere smid.	1216
19.9.3	Damaststaal & wootz	1217
19.9.4	Zilver en koper koud bewerken	1218
19.9.5	Gieten ☐	1219
19.9.6	Decoratieve metaaltechnieken: graveren, emailleren...	1220
19.10	METAAL VERBINDEN - KLINKEN MET PONSEN EN STUIKEN	1222
19.10.1	Leren solderen	1222
19.10.2	Lassen: metaal smelten en vloeien	1224
19.10.3	Goed slijpen en bramen	1225
19.11	STAAL TOEVOEGINGEN - ROESTVAST STAAL OF INOX(IDABLE)	1226

19.11.1	Chroom in staal	1226	
19.11.2	Cadmium, slijtvast	1227	
19.11.3	Nikkel maakt (pas)munt hard	1227	
19.11.4	Kobalt kleurt glas	1227	
19.11.5	Vanadium bindt titaan aan staal	1228	
19.11.6	Molybdeen voor een sterk staaltje	1228	
19.11.7	Titaan: licht gewicht	1228	
19.11.8	Kwik: vloeibaar metaal	1229	
19.11.9	Natrium: ook in keuzenzout	1229	
20	MINERALEN: VOOR KENNERS	1237	
20.1	GEOLOGIE: AARDVORMING SNAPPEN	1238	
20.2	GEOBOTANIE: PLANT VERKLIKT ONDERGROND	1239	
20.3	AGROMINING: PLANTEN DELVEN ERTSEN	1240	
20.4	MIJNBOUWKUNDE: AARDE ZOEKTOCHT	1242	
20.5	MIJNBOUW: ONDERGRONDS ONTGINNEN	1243	
20.6	METALLURGIE: METALEN UIT ERTS HALEN	1244	
20.7	CHEMIE 4 DUMMIES	1246	
20.8	CHEMISCHE REACTIE -> NIEUWE STOF	1248	
20.9	ZUUR (PH LAAG) <-> LOOG (PH HOOG)	1250	
20.10	METALEN EN BELANGRIJKE CHEMISCHE ELEMENTEN	1253	
20.11	HET ZOUT DER AARDE NaCl e.a.	1254	
20.12	METAAL EN ERTS. ZINK IN MINERALEN	1255	
20.13	MESSING OF GEELKOPER, EEN LEGERING	1256	
20.14	GALVANISEREN, VERZINKEN	1257	
20.15	GOUD ZOEKEN	1258	
20.16	KOPER, -OXIDE IS GIFTIG	1261	
20.17	TIN: VAN SOLDEER TOT SOLDAAT	1262	
20.18	LOOD, ZWAAR EN - GIFTIG	1264	
20.19	ALUMINIUM, RECENT UIT BAUXIET	1265	
21	PRODUCTEN: VAN HEKSERIJ NAAR CHEMIE	1267	
21.1	DROGE STOFFEN - HOE HOUT VERKOLEN: HOUTSKOOL	1267	
21.1.1	Houtskool maken	1269	
21.1.2	Actieve kool maken en werking	1270	
21.1.3	Veen, turf, bruinkool.. etappes	1271	
21.1.4	Steenkool: geperste vegetatie	1272	
21.1.5	Grafiet, familie van diamant	1272	
21.1.6	Potlood: een potje lood?	1273	
21.1.7	Kurk stoppen	1273	
21.1.8	Zwavel: kenmerkende geur	1274	
21.1.9	Buskruit maken: don't try it at home	1275	

21.1.10	Borax: wel- en soldeerpoeder	1275
21.1.11	Calciumoxide: ongebluste kalk	1276
21.1.12	Natriumcarbonaat of soda	1278
21.1.13	Aluin ontsmet en looit	1279
21.1.14	Potas, eeuwenoud gebruik	1280
21.1.15	Hars, wierook en barnsteen	1281
21.2	STROPERIG, HET LIJM GEHEIM	1282
21.2.1	Dierlijke lijm	1282
21.2.2	Plantaardige lijm	1285
21.2.3	Teer, bemind	1287
21.2.4	Berkenpek maken	1288
21.2.5	Steenkoolteer (mag niet meer)	1289
21.2.6	Carbo olineum: kool olie	1289
21.2.7	Bitumen: taaie aardolie-lijm	1290
21.2.8	Gummi: o.a. rubber van latex	1290
21.2.9	Vaseline, crème of zalf maken	1292
21.3	VLOEISTOFFEN - BEITS MAKEN, HOUT VERDUURZAMEN	1294
21.3.1	Verf: ieder zijn eigen recept	1295
21.3.2	(Schel)lak: speciaal vak	1297
21.3.3	Kleurstof maken en verzamelen	1297
21.3.4	Inkt maken, en een pen	1301
21.3.5	Terpentijn: hars destilleren	1302
21.3.6	Ammonia(k): adembenemend	1303
21.3.7	Zwavelzuur: blijf er liever af	1304
21.3.8	Bleekwater : javel in concentraties	1304
21.3.9	Waterglas (is geen glas water)	1305
21.3.10	Kiezelsuur: oplosbaar glas	1305
22	GEREEDSCHAP: HANDIGE HULPEN	1306
22.1.1	Vuursteen afslaan tot mes	1308
22.1.2	Schietlood: altijd loodrecht	1311
22.1.3	Waterpas zonder water	1311
22.1.4	Zaag: zet haar tanden. Er in.	1312
22.1.4.1	Steen zagen	1313
22.1.4.2	Handboor, steenboor	1314
22.1.4.3	Pompboor of boogboor	1316
22.1.5	Strijkijzer: zwaar, of vulbaar	1317
22.1.5.1	Wasspelden of -knijpers	1318
22.1.6	Eg of kluitenbreker	1319
22.1.7	Trekking: gevaarlijk krachtig	1320
22.1.7.1	Andere gereedschappen	1321

22.1.7.2	Handig in metaal: kram, veer, (schroef)draad, spijker, pen...	
	1322	
22.1.7.3	Oudste schroeven	1324
22.1.8	Een thermometer maken en ijken	1327
22.1.9	Loepzuivere lens	1328
22.1.10	Blaasbalg: voor hetere vuren	1330
22.1.11	Schoffelmachine	1331
22.1.12	Hefboom: vergroot je kracht	1333
22.1.12.1	Katrol, takel, loopkat	1335
22.1.13	Kruiwagen, steekwagen, kar	1336
22.2	MACHINEONDERDELEN - WIEL, RAD, AS EN NAAF	1338
22.2.1	(Kogel)lager = wrijving lager	1339
22.2.2	Tandwiel: topmechanisme	1340
22.2.3	Beweging overbrengen, versnellen, van richting veranderen	1341
22.2.3.1	Overbrenging of transmissie	1341
22.2.3.2	Tanden moeten passen	1341
22.2.3.3	Een rechte beweging omzetten in een draaiende (of omgekeerd)	1342
22.2.3.4	Het excentriek	1342
22.2.3.5	Differentieel: verschillende snelheden	1343
22.2.3.6	Vliegwiel: een batterij voor beweging	1343
22.2.3.7	Aandrijfriem en v-snaar	1343
22.2.3.8	Echappement: regel(maa)t	1345
22.2.3.9	Cardan beweegt op ander niveau	1345
22.2.3.10	De ketting -aandrijving	1345
22.2.3.11	De fiets	1346
22.2.4	Transport en verplaatsingen kan je vergemakkelijken	1346
22.2.4.1	Dragen op het hoofd is lichter dan een ruglast	1347
22.3	MACHINES - MOLENS, MAN EN PAARDENKRACHT VOOR BEWEGING	1348
22.3.1	Watermolen: een slag in het water	1349
22.3.2	Windmolens: alle soorten	1351
22.3.3	Houtmolen zaagt en krabbelt	1353
22.3.4	Volmolen: een slag van de molen	1354
22.3.4.1	Bentoniet, vollersaarde of zwelklei	1354
22.3.4.2	Mankracht machines, draaibank(en Co)	1355
22.3.5	Arbeid , kracht, vermogen, energie...	1357
22.4	ZONDER ELEKTRICITEIT – KAN DAT NOG?	1357
22.4.1	Verwarming	1359
22.4.2	Verlichten	1361

22.4.3	Koken & douchen	1362	
22.4.4	Voor & na de stroomuitval	1364	
22.4.5	Horeca	1367	
22.4.6	30! hand(ige) apparaten en gereedschappen	1369	
22.4.7	Zuinig (verlichten) met elektriciteitsverbruik	1371	
23	STRUIKEN (EN VERWIJZINGEN), BOMEN	1373	
23.1.1	Heidestruiken	1374	
23.1.2	Blauwe (bos)bes, rode- en brem	1376	
23.1.3	Bessenstruiken: rode, zwarte, josta (en krentenboompje)		1377
23.1.4	Lijsterbes, rode en gele kornoelje, jeneverbes	1378	
23.1.5	Doornvruchten: sleedoorn, duindoorn, meidoorn		1380
23.1.6	Stekelige struiken met vruchten	1381	
23.1.7	De merkwaardige maretak	1383	
23.2	HET NUT VAN BOMEN	1386	
23.2.1	Boom planten - Boompje groot plantertje dood	1388	
23.2.2	Bomen snoeien – Snoeien doet groeien	1393	
23.2.3	Struiken snoeien	1396	
23.2.4	Speciale snoeivormen	1399	
23.2.4.1	Boomwonden verzorgen	1401	
23.2.5	Hoe kan je een boom kapot maken?	1402	
23.2.6	Bomen vellen: ze vallen!	1403	
23.2.6.1	Valrichting bepalen	1404	
23.2.7	Bomen ontmantelen	1407	
23.2.7.1	Benzine bewaren	1408	
23.2.7.2	Kettingzaag	1409	
23.2.8	Hoogte van een boom meten	1410	
23.2.9	Gekloven en ge(k)liefd brandhout	1412	
23.2.10	Bomen sleunen: stam takvrij maken	1415	
23.2.11	Bomen snoeien voor houtopbrengst	1418	
23.2.11.1	Japane snoeimethode: daisugi	1419	
23.2.12	Hakhout, knotten voor kachel, geriefhout, vlechtwerk		1420
23.2.12.1	Eiken: zomer-, winter- en Amerikaanse-	1423	
23.2.12.2	Vogelkers	1424	
23.2.12.3	Notelaar en kastanjelaar	1425	
23.2.12.4	Verschil kastanje - paardenkastanje	1427	
23.2.12.5	Bijkomende info over bomen, hout en vruchten	1428	
24	VUUR MAKEN: DE DRIEHOEK	1429	
24.1.1	Vuur doven	1430	
24.1.2	Welke brandstof geeft het heetste vuur?	1431	
24.1.3	Tondel, van kooltje naar vuur	1432	

24.1.4	Koude of warme vonken slaan	1433	
24.1.5	Vuurboog: de theorie	1434	
24.1.6	Vuurpomp: het principe	1435	
24.1.7	Bewaar je vuur voor een later uur	1436	
24.1.8	Vuurcultuur	1437	
24.1.9	Niks boven je eigen (brood)oven	1440	
24.1.9.1	Een leemoven zelf bouwen	1440	
24.1.9.2	De Tandoor(i) of tan(d)yr)	1442	
24.1.9.3	De oven stoken: kunst en ervaring	1443	
24.1.10	Zelf je brood bakken	1445	
24.1.11	Stoof, kachel of fornuis in huis	1447	
24.1.11.1	Een leemkachel maken	1449	
24.1.11.2	Kacheltypes kiezen	1451	
24.1.11.3	Keuzecriteria	1453	
24.1.12	Houtkachel, kolenkachel, allesbrander	1454	
24.1.12.1	Rocket stove	1455	
24.1.12.2	Flamme Verte – ‘Groene Vlam’	1455	
24.1.12.3	RONDONM de kachel	1456	
24.1.12.4	IN DE KACHEL	1458	
24.1.12.5	OP DE KACHEL	1458	
24.1.13	Kachel attributen	1459	
24.1.13.1	Geïmproviseerde kacheloven	1459	
24.1.13.2	Eco-ventilator (Ecofan): warme lucht zonder stroomverbruik	1459	
24.1.13.3	Vulcan Sterling kachelventilator	1460	
24.1.14	Vuur aanmaken en onderhouden - topvuur	1460	
24.1.14.1	Vuur aanhouden	1461	
24.1.14.2	Assen	1462	
24.1.15	Goed stoken vervuult minder	1462	
24.1.15.1	Optimaliseren	1464	
24.1.15.2	Isoleren	1464	
24.1.15.3	Technische aspecten van verbranding	1465	
24.1.15.4	Hoe vermijd je rook in de kamer	1467	
24.2	SCHOORSTEEN: VAN LEVENSBELANG	1468	
24.2.1.1	Roet en vegen	1468	
24.2.1.2	Trek en kanaalprincipes	1469	
24.2.1.3	Kachelpijpen	1470	
24.2.1.4	Condens	1470	
24.2.1.5	Het topje	1471	
24.2.1.6	Warmte efficiënt(er) benutten – Soorten warmte	1473	

24.2.1.7	Theelichtjes	1476	
24.2.1.8	Bloempotkachel	1476	
24.2.2	Hout stoken verbieden wegens te vervuילend?	1477	
24.2.2.1	Het milieuprobleem van houtkachels en -verbranding	1480	
24.2.3	Papierbriketten, loont het?	1482	
24.2.3.1	Paardenmest briketten ☐	1482	
24.2.3.2	Houtbriketten	1483	
24.2.4	Vergeten hooikist: knap bedacht	1484	
24.2.4.1	Warmwaterkruik of bedkruik, en samowar	1486	
24.2.4.2	Zonneboiler, warm water	1487	
24.2.4.3	Canadese put	1488	
25	HOUT EN BOUW	1489	
25.1	HOUT SAMENSTELLING, GROEI, REACTIE, STÈRE	1489	
25.1.1	Blote bast: zonder schors	1493	
25.1.2	Scheepsbouw, razendknap	1496	
25.1.3	Wateren, een ander werkwoord	1498	
25.1.4	Markant gebruik van houtsoorten, toepassingen	1499	
25.1.5	Hout smeren (niet op je brood)	1505	
25.1.5.1	Hout bewerken ☐, basistechnieken	1505	
25.2	WONINGBOUW, MAAK JE EIGEN (T)HUIS	1508	
25.2.1	Alternatief wonen: joert, woonwagen, tiny house.	1510	
25.2.1.1	Joert: nomadentent	1510	
25.2.1.2	Woonwagen: rondtrekkend leven	1510	
25.2.1.3	Tiny house, minihuis als levensstijl	1511	
25.3	MUREN MAKEN	1512	
25.3.1	Vakwerk: vakken maken en vullen	1513	
25.3.2	Lemen muren: sterk en gezond	1515	
25.3.3	Zodenmuur en aangestampde aarde	1517	
25.3.4	Stapelmuren in steen	1518	
25.3.5	Kalk, krijt, pleister, gips: tips	1520	
25.3.6	Gips	1522	
25.3.6.1	Moet er nog zand zijn?	1524	
25.3.7	Cement soorten en samenstelling	1526	
25.3.7.1	Beton: mix en uitzetvoeg	1527	
25.3.7.2	Betonnen deksel, bak... gieten	1529	
25.3.7.3	Romeins beton	1531	
25.3.7.4	Mortel: soorten en gebruik	1533	
25.3.8	Formeel en gewelf, informeel welfsel	1534	
25.3.9	Isolatie: stilstaande lucht	1537	
25.3.10	Mergel: zachte grotsteen	1538	

25.3.11	Baksteen: gebakken klei of leem	1538	
25.3.12	Gefundeerd metselen	1540	
25.3.13	Steen bewerken is keihard	1541	
25.3.14	Een trap maken	1545	
25.3.15	Bruggen bouwen	1547	
25.3.15.1	Levende bruggen	1548	
25.3.15.2	Wegenbouw	1549	
25.4	DAKBEDEKKING	1550	
25.4.1	Mossen	1550	
25.4.2	Gras zoden dak	1553	
25.4.3	Riet dekken zonder lekken	1554	
25.4.4	Riet dak leggen	1555	
25.4.5	Dakpannen: over nonnen en paters	1557	
25.4.6	Leien leggen, met gemak op het dak	1559	
25.4.7	Houtschalie, mooi, maar niet lang	1560	
26	OMGEVING, NUTTIGE TIPS: HET RONDKIJKEN WAARD	1561	
26.1.1	Oriëntatie zonder GPS of kompas	1561	
26.1.2	Tijdrekening: weken dUREN dagen	1563	
26.1.3	Zonnewijzer	1567	
26.1.4	Tijdshorizon	1568	
26.1.5	Eenvoudige muziekinstrumenten maken	1570	
26.1.6	Tekens en tekenen	1573	
26.1.7	Schrift: een boost voor evolutie	1577	
26.1.8	Op cijfers kan je rekenen	1580	
26.1.9	Handige meetkundige gegevens en formules	1583	
26.1.10	Maten en eenheden	1587	
26.2	MENSEN OM JE HEEN: LICHAAMSTAAL IS VEELZEGGEND	1592	
26.2.1	Ruilhandel: LET's do it.	1596	
26.2.1.1	Leven zonder geld	1596	
26.2.2	Afval vroeger	1598	
26.2.2.1	Afval nu	1600	
26.2.3	Geplande slijtage: blamage	1602	
26.2.4	Preppers: Fail to prepare = prepare to fail	1604	
26.2.4.1	Survival tools	1606	
26.2.5	Samenhuizen in opmars	1609	
26.2.6	Cradle to Cradle, duurzaam ontwerpen	1610	
26.2.7	Ecologische voetafdruk, amaai mijn -	1613	
26.2.8	Water voetafdruk en regendiefstal	1616	
26.2.9	Regenmakers en regendiefstal	1619	
26.2.10	Wereldmeters - wereldweetjes	1621	

- 26.2.11 Autarkie en Earthship 1622
- 27 EINDE BESCHAVING 1624
- 27.1 OORZAKEN VAN TELOORGANG VAN VELE VROEGERE BESCHAVINGEN 1626
- 27.2 EXPERIMENT 'UNIVERSE 25' 1628
- 27.3 NATUURFENOMENEN - VULKAANUITBARSTING 1629
- 27.3.1 Tsunami, dodelijke vloedgolven 1633
- 27.3.2 Meteorieten en aardscheerders 1636
- 27.3.3 Gaia, planetenconstellatie, de polen verschuiven 1638
- 27.3.4 Super zonnestorm crasht elektro 1643
- 27.3.5 Epidemie: populatie uitdunner 1645
- 27.4 MENSELIJKE OORZAKEN. EMP DE DIGITALE DUISTERNIS 1652
- 27.4.1 Vergif: vergeven en vergeten 1655
- 27.4.2 Plastic vergiftigt oceanen 1658
- 27.4.3 Kernachtig: radioactief risico 1660
- 27.4.4 Wa gen manipulatie? 1666
- 27.4.5 E-crisis: Elektronische, Economische, Ecologische, Euro: Eind(e) 1668
- 27.4.6 Ontbossing: groene longen verminkt en verschrompeld 1671
- 27.4.7 Onbalans mens – natuur 1675
- 27.4.8 Het drinkwater raakt overal op 1677
- 27.4.9 Global warming 1681
- 27.5 VAN REL TOT REVOLUTIE 1685
- 27.5.1 Verloren beschavingen 1689
- 28 SPEUREN EN SPOREN NAAR EEN BETERE WERELD 1698
- 28.1 VERANDERING OF TRANSITIE? 1699
- 28.1.1 De oorzaken 1701
- 28.1.2 Wat zijn de gevolgen 1704
- 28.2 INSTRUMENTEN OM ONEVENWICHT EN TRANSITIE TE METEN, 1706
- 28.2.1.1 Voorbeeld: vooruitgang (1PK) is verandering, met gevolgen 1712
- 28.2.2 Oplossingen 1713
- 28.2.3 Verandering in het verleden. Kunnen we er uit leren? 1715
- 28.2.4 Ongelijkheid leidt tot maatschappelijke spanningen 1716
- 28.2.5 Wie en wat zorgde voor verandering 1718
- 28.2.6 Wat / wie blokkeert verandering en wil dat alles blijft zoals het is 1719
- 28.2.7 Veranderingen nu. De waarschuwingen 1719
- 28.2.7.1 Denkers en onderzoekers over verandering en transitie 1720
- 28.2.8 De toekomst. Wat is er nodig om transitie te krijgen? Actie(s) 1721
- 28.2.8.1 Iedere situatie en iedere persoon (en aanpak) is anders 1722

28.2.8.2	Toch ook kleine persoonlijke acties die je eenvoudig zelf kan (blijven) (voor)doen	1723
28.2.9	Kleinschalig of globaal?	1725
28.2.9.1	Kleinschaligheid: op mensenmaat	1726
28.2.10	Kan verandering nog?	1728
28.2.10.1	Komt het goed?	1728
28.3	(JE) ORGANISEREN, NETWERKEN, VERENIGINGEN	1729
28.3.1	Actie-trainingen	1732
28.4	IT, PRIVACY, GRATIS SOFT EN VERBINDING, ALTERNATIEVEN	1733
28.5	WONEN, SAMEN-HUIZEN, COHOUSING	1736
28.6	FINANCIEEL: (ZONDER) GELD, (BE)SPAREN, LETSEN	1740
28.7	CRYPTOMUNTEN, SUPERCOMPUTERS, BLOCKCHAIN, BEURS	1741
28.8	SPULLEN DELEN	1746
28.9	KRITISCH CONSUMEREN, DUURZAAM, ONVERPAKT	1747
28.9.1	Consuminderen	1749
28.9.2	Greenwash= brainwash, bedrog	1750
28.9.3	Nieuwe economische modellen	1753
28.10	DUURZAME ENERGIE, GROENE COÖPERATIEVEN	1755
28.11	EEN TUIN VOOR IEDEREEN: RAAM, DAK, BUURT EN VERDER	1758
28.12	POLITIEKE ALTERNATIEVEN	1760
28.13	IK GELOOF (ER NIET VEEL VAN)	1764
28.14	ONDERWIJS ALTERNATIEVEN	1767
28.15	DIEREN ... GEBRUIKEN?	1769
28.16	NATUUR & MILIEU, VERENIGINGEN VOOR BEHOUD EN BESCHERMING	1775
28.17	TRANSPORT ALTERNATIEVEN	1778
28.18	GEZONDHEIDSZORG ALTERNATIEVEN	1780
28.19	ALTERNATIEVE MEDIA EN BURGERJOURNALISTIEK	1782
28.20	IN JE EENTJE IN ACTIE? WARME, HAALBARE VERHALEN.	1784
28.20.1	Goed doen doet goed	1787
29	PICTOGRAMMEN EN ZOEKMOGELIJKHEDEN	1792
29.1	AFBEELDINGEN	1793
29.2	WEETJES	1796
29.3	RECORDS	1799
29.4	HISTORISCHE VERWIJZINGEN	1800
29.5	DOORVERWIJZINGEN EN ONELINERS	1802
29.6	LIJSTJES	1803
29.7	TABELLEN	1806
30	TREFWOORDENLIJST (+5.000 ZOEKTERMEN)	1807

