

Voedselverspilling is simpel te vermijden

Vorig jaar gooiden Nederlanders 47 kilo voedsel weg bleek uit onderzoek. 2014 is uitgeroepen tot 'Jaar tegen Voedselverspilling'. Maar hoe voorkom je thuis verspilling?

Cees Meijles

Scheiden van afval is belangrijk. Maar nog beter is het om afval te vermijden. De hoeveelheid afval die ontstaat bij het produceren van bijvoorbeeld voedselproducten is vele malen groter dan de hoeveelheid voedsel die door consumenten wordt weggegooid. Bij elk productiestapje ontstaat weer afval. Alles bij elkaar opgeteld kan dat behoorlijk oplopen. Een kilo afval in de klikeo betekent dus meerdere kilo's 'onzichtbaar' afval elders.

Om dit duidelijk te maken een paar voorbeelden. Het maken, transporteren, verpakken van een tandenborstel (ongeveer 50 gram) veroorzaakt een hoeveelheid afval van 1,6 kilo. Voor een mobiele telefoon is dat 80 kilo en voor een laptop maar liefst 1600 kilo!

De gevolgen van dit 'verborgen' afval zijn vaak dus vele malen groter dan het afval zelf. Meestal ontstaat dat afval ergens anders in de wereld en blijft daarom voor ons als consument onzichtbaar.

Voor het energiegebruik voor het maken van producten zien we een vergelijkbare situatie. De productie van 1 Kcal in voedsel kost ca. 1,5 kcal aan brandstof, diesel voor landbouwmachines bijvoorbeeld. Wanneer we ook transport, verwerking, verpakking, distributie, opslag en bereiding meerekenen vraagt 1 Kcal aan voedsel maar liefst 7,36 Kcal aan energie. Met andere woorden: aan voedsel, dat door de consument wordt weggegooid is 7 keer zo veel energie toegevoegd als het in het begin had. Het is duidelijk dat het voorkomen van afval dus nog veel belangrijker is dan scheiden en recyclen.

Voedselverspilling

Maar hoe doe je dat: afval voorkomen? Dat hangt natuurlijk erg af van het product waarnaar je kijkt. Hier wil ik het hebben over

voedselverspilling. Rond de helft van al het voedsel dat we produceren belandt ergens tussen het land en de consument in de prullenbak. Consumenten willen geen appel met een plekje, sla met een bruin randje of kromme komkommers. Dus die worden meestal al op de tuinderij weggegooid. Maar ook in de supermarkt gaat veel in de afvalcontainer: slappe, onverkoopbare groenten en producten die 'over de datum' zijn. Rond 50 procent van al het geproduceerde voedsel verdwijnt ergens in de keten als afval.

Een eenvoudige manier om te voorkomen dat thuis voedsel in de afvalbak belandt is de ouderwetse kliekjesdag. Eten dat is overgebleven kun je bijvoorbeeld prima verwerken in een soep. En waarom zou je elke dag vers brood moeten eten (en het brood van gisteren weggoeien)?

Producten die volgens de verpakking niet goed meer zijn kunnen vaak nog best worden gebruikt. Al zit er misschien wat minder vitamine C in het sap, daarmee is het nog niet bedorven. En waarom zou je honing weggoeien, dat blijft honderden jaren goed! Droge producten als pasta en rijst kun je maanden laten liggen. Producten in blik kunnen jaren worden bewaard. Hetzelfde geldt voor de meeste producten in glas. Als je melkproducten goed koel bewaart kunnen die meestal tot ruim over de datum worden gegeten. Gewoon even ruiken of het nog goed is.

Veel mensen denken dat ze zelf veel minder voedsel weggoeien dan onderzoek laat zien. Ongeveer een vierde van wat we inkopen gaat rechtstreeks naar de prullenbak. Dus ongeveer één euro van de vier die we besteden aan eten kopen gooien we weg. Dat is al gauw zo'n 150 euro per maand. Om 150 euro uit te kunnen geven moet je ruim 200 euro verdienen. Als je 10 euro per uur verdient werk je dus 20 uur per maand om eten te kopen dat je



Consumenten willen geen appel met een plekje, sla met een bruin randje of kromme komkommers. Foto: ANP

uiteindelijk in de afvalbak gooit. Is dat niet gewoon onzin?

Ook in restaurants belandt veel eten in de afvalbak. In Ierland wordt elk jaar in restaurants eten ter waarde van omgerekend ongeveer 150 miljoen euro weggegooid!

Soms is een portie gewoon groter dan je trek en blijft er eten over. Pizza's zijn een goed voorbeeld. Gelukkig is het tegenwoordig heel gewoon als je vraagt of je de restjes mee mag nemen. Dat scheelt. In sommige restaurants kun je zelfs al verschillende portiegroottes kiezen. In mijn geboorteland IJsland kun je bijvoorbeeld kiezen uit drie maten pizza, dat is daar heel gewoon. Zou het niet beter zijn om een beetje minder te betalen en precies te krijgen wat je wilt eten? Dat zou toch voor iedereen beter zijn en ook voor het milieu!

Boodschappenlijstje

Het initiatief *Love food - hate waste* in Engeland is een mooi voorbeeld hoe het anders kan. Op hun website zijn allerlei goede tips te vinden over hoe je kunt voorkomen dat je eten moet weggoeien. Het begint natuurlijk bij niet te veel inkopen. Het is verstandig om van tevoren een boodschappenlijstje te maken,

Ongeveer een vierde van wat we aan voedsel inkopen gaat rechtstreeks naar de prullenbak

het liefst nadat je even in de koelkast en de voorraadbak hebt gekoken. Een handige tip is om het gelijk op je boodschappenlijstje te schrijven als je ergens het laatste pakje van gebruikt. Producten die over de datum dreigen te gaan kun je voorin de koelkast zetten zodat ze niet ergens achterin vergeten worden. Om te voorkomen dat je veel te veel eten klaarmaakt kun je gebruik maken van handige meetbakjes. De hoeveelheid spaghetti die je nodig hebt kun je bijvoorbeeld afmeten met de *spaghetti measure*.

De Britse No-Food-Waste-Hero Tristram Stuart gaf vorig jaar in Amsterdam een lezing met de titel *The global food waste scandal*. Tristram heeft in Amsterdam ook een demonstratie gegeven over hoe het anders kan: 5000 mensen uit het publiek kregen een gratis lunch geserveerd die bestond uit voedsel dat was weggegooid door supermarkten.

Met de hierboven gegeven voorbeelden blijkt het eigenlijk helemaal niet zo moeilijk om te voorkomen dat we zoveel eten weggoeien. De belangrijkste reden waarom we zoveel eten weggoeien is waarschijnlijk dat het gewoon veel te goedkoop is. Het is dus eigenlijk een luxe probleem. Nog wel, want ook de voedselprijzen gaan de laatste jaren snel omhoog! Misschien maar goed ook, eigenlijk...

Cees Meijles is projectleider van de Friese Grondstoffenagenda van de provincie Fryslân

www.fryslan.nl/grondstof; <http://www.nowastennetwork.nl/wp-content/uploads/rapport-voedselverspilling-26-4-2013-zonder-groente-en-fruit.pdf> <http://england.lovefoodhatewaste.com>

Fairtrade in Fryslân



column

Baukeliën Koopmanst, Millenniumcoördinator T'diel

Ons provinciebestuur wil graag dat wij vanaf 2015 in een Fairtrade Provincie wonen. Het kan zijn dat u daar nog niet zoveel van heeft gemerkt, maar dat moet komend jaar veranderen.

Om een Fairtrade Provincie te worden, moet een groot deel van de Friese gemeenten meedoen aan de Fairtrade campagne. Concreet betekent dit dat er veel aandacht is voor eerlijke handel. Ik mag vanuit de provinciale Fairtrade werkgroep gemeenten helpen bij deze campagne. Een prachtige uitdaging dus!

Aan het begin van deze opdracht is het goed om nog eens helder te maken waarom we dit willen. Waarom wil Provinciale Staten eigenlijk een Fair Fryslân? En waarom moet u dat willen? Een spreuk schiet mij te binnen bij het zoeken naar een antwoord op deze vraag: wat gij niet wilt dat u geschiedt, doe dat ook een ander niet.

Stelt u zich het volgende eens voor: zou u Friese aardappelen kopen van een boer als u weet dat er kwistig met gif wordt gestrooid, wat zowel schadelijk is voor u, de werknemer als het milieu? Ook werken

er kinderen op die boerderij die niet naar school mogen. De werknemers krijgen verder een salaris waarvan ze niet een zelfstandig bestaan kunnen opbouwen. Zou u zich prettig voelen bij het kopen en eten van deze aardappelen?

Een ander voorbeeld: koopt u een T-shirt bij een winkel in uw stad, waarvan u weet dat het shirt gemaakt wordt door een vrouw die zeven dagen per week, zestien uren per dag in een kleine ruimte boven de winkel werkt? Er is geen daglicht of frisse lucht en de vrouw krijgt een loon waarmee zij niet kan voorzien in haar eerste levensbehoeftes. Ze slaapt in een hoekje op de grond.

Het zijn hypothetische vragen: ze zijn hier gelukkig niet aan de orde. Maar probeert u het zich eens

Zou u Friese aardappelen kopen van een boer als u weet dat er kwistig met gif wordt gestrooid?

echt voor te stellen. De wereld zou te klein zijn, toch? We zouden het niet accepteren, want het brengt ons welzijn en onze toekomst in ge-

vaar. Moeten we niet dezelfde eisen stellen aan producten die in een vreemd land gemaakt worden? Want daar werken die kinderen wel en slaapt die vrouw inderdaad in een hoekje van het naaiatelier.

Een Fair Fryslân betekent dat we zoveel mogelijk bewust en duurzaam inkopen. Inwoners van Fryslân denken na bij iedere aankoop: wordt iets of iemand geschaad bij de productie van dit product, zowel dichtbij als ver weg? Zo ja, is er een alternatief? Keurmerken als Max Havelaar, UTZ, EKO, FSC en Fair Wear helpen de consument bij deze keuzes. De provincie zet zich samen met gemeenten in om deze bewustwording verder op gang te helpen. Zo gaan we samen op weg naar een Fair Fryslân!