

Wat is jouw voedselafdruk?

Voor het maken van het voedsel voor een gemiddelde Nederlander zijn ruim twee voetbalvelden nodig per jaar. Als iedereen op de wereld zoveel ruimte gebruikt, is de aarde niet groot genoeg. Hoeveel ruimte heb jij nodig? Doe de test en zie wat jouw voedselafdruk is!



1 Hoe vaak eet jij per week vlees als hamburgers, gehakt, worst of vleeswaren?

- Vlees? Dat eet ik niet
- 2 tot 3 keer per week, net wat ik krijg
- Ik eet bijna elke dag vlees

2 Wat snack of snoep je meestal tussendoor?

- Geen snoep voor mij, ik ga liever voor fruit of wat ongezoeten noten
- Af en toe wat chips, snoep of chocola, heerlijk!
- Snacken doe ik elke dag. Ik móet chips of koek of snoep eten!

3 Wat voor soort vis eet jij?

- Vis? Dat eet ik bijna nooit
- Kabeljauw, haring of zalm, lekker! Ik eet dat regelmatig
- Ik ben dol op exotische vis! Geef mij maar garnalen of tonijn

4 Let jij er eigenlijk op waar jouw groente vandaan komt?

- Tuurlijk, uit onze eigen tuin. Of we halen het bij een boer uit de buurt
- Wij kijken in de supermarkt of het uit Nederland of ergens uit Europa komt
- Geen idee, nog nooit naar gekeken!

5 Hoeveel kaas eet jij?

- Kaas? Nee, pinda-kaas zul je bedoelen!
- Elke dag een boterham met kaas, heerlijk!
- Ja hoor, kaaskop hier. Zeker 3 keer per dag!

6 Hoe vaak drink jij sap of frisdrank?

- Nooit, ik drink bijna alleen water of thee
- 1 glas per dag, lekker!
- Elke dag wel meerdere glazen!

7 Gooi je wel eens eten weg?

- Bijna nooit, ik eet alles op
- Soms, als ik mijn broodtrommel vergeten ben leeg te eten
- Best wel vaak. Als ik teveel heb opgescheept, of als ik geen zin had in mijn lunch

Doe de test!



UITSLAG

Meestal a: Minder dan 1,5 voetbalveld

Wauw, jouw voedselafdruk is geweldig klein. Het is minder dan het 1,5 voetbalveld dat er voor elke wereldbewoner beschikbaar is. Goed bezig! Help je anderen om ook duurzame keuzes te maken?

Meestal b: Precies 1,5 voetbalveld

Jij hebt een mooie voedselafdruk! Hij is precies even groot als de ruimte die voor elke wereldbewoner aanwezig is! Wil je toch besparen? Eet niet elke dag vlees en kies minder vaak drankjes met suiker. Heb je zo een half voetbalveld minder nodig en het is nog beter voor je gezondheid ook.

Meestal c: Meer dan 1,5 voetbalveld

Oei. Jouw voedselafdruk is veel groter dan het 1,5 voetbalveld dat er eigenlijk aan ruimte is. Dat wordt besparen geblazen! Hoe? Eet niet elke dag vlees en kies minder vaak voor frisdrank en snacks. En als je geen eten weggooit, scheelt dat ook enorm. Succes!