



#4 DUURZAME VOEDING

VAN VLEESKROKET NAAR VEGAPRET

SCAN DE QR EN BEKIJK
DE INTRODUCTIEVIDEO



Je hebt nu geleerd dat de manier waarop we ons voedsel produceren veel negatieve gevolgen heeft voor de natuur. Ons landbouw- en voedselsysteem is verantwoordelijk voor een derde van de uitstoot van broeikasgassen en maar liefst 70% van het verlies aan biodiversiteit op het land. Bossen en andere natuur worden vernietigd voor de productie van soja en andere landbouwproducten en (kunst-)mest en chemische bestrijdingsmiddelen vervuilen onze bodem, lucht en water.

Ongeveer 80% van al het boerenland wordt gebruikt voor de productie van vlees, zuivel en eieren, terwijl we daar uiteindelijk maar een klein deel van ons dagelijks eten uithalen. Ook wordt bij iedere stap van het verwerkingsproces voedsel verspild, van boerderij tot bord. Leer in deze module hoe alles met elkaar in verbinding staat met elkaar en hoe we samen deze ketting kunnen doorbreken!

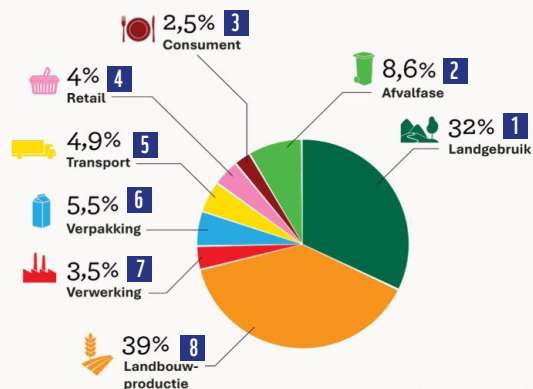
OPDRACHT 1: BROEIKASGASSEN

Bekijk de afbeelding hiernaast

A. Geef bij elke foto aan welke factoren die bijdragen aan de uitstoot van broeikasgassen erbij horen. Het kunnen er steeds meerdere zijn.

B. Geef per afbeelding aan waarom dit voor veel uitstoot zorgt.

Aandeel broeikasgasemissies
in de voedselketen wereldwijd



OPDRACHT 2: DUURZAMER ETEN

Meer
plantaardig
en minder
dierlijk eten.

TIP 1

Lokale en
seizoensgebonden
producten kopen.

TIP 2

Verpakkingen
vermijden.

TIP 3

Geen voedsel
verspillen.

TIP 4



Hierboven staan vier tips om duurzamer te eten. Waar zou jij beter op willen letten?
Geef aan waarom en hoe je dat zou kunnen doen.

OPDRACHT 3: EEN DUURZAAM VOEDSELPLAN



Bekijk de video:
'Ontrafeld - Wat vreet
aan onze planeet' van
WWF



A. Maak een lijstje van vijf verschillende producten die een negatieve impact hebben op het klimaat en de natuur. Omschrijf per product welke invloed het heeft.

B. Stel een weekmenu samen dat uit groenten en duurzame producten bestaat. Vermijd de producten die je bij vraag A hebt ingevuld.

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG
VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG	NOTITIES

C. Geef bij elk gerecht een korte uitleg waarom het duurzaam is.

OPDRACHT 4: NIET WEGGOOIEN!



A. Elke dag wordt er heel veel voedsel weggegooid. Zonde! Hoe zouden we dit kunnen voorkomen? Wees creatief. Bedenk bijvoorbeeld een recept met leftovers of bedenk een actie of nieuw bedrijf dat voedselverspilling tegengaat.

B. Bedenk voor de volgende plekken een slim plan om voedselverspilling te voorkomen:

THUIS



SCHOOL



RESTAURANT



OPDRACHT 5: VOEDSELBOSSEN



Natuurinclusieve landbouw is een vorm van duurzame landbouw die uitgaat van natuur en (bio)diversiteit. Een vorm van natuurinclusieve landbouw die je misschien wel kent is het voedselbos. Een voedselbos lijkt op een natuurlijk bos, maar is door mensen ontworpen. Alle planten produceren voedsel. Het is een soort eetbare jungle met veel soorten fruit, noten, groenten, paddenstoelen en eetbare bloemen. Voedselbossen bieden volop kansen voor natuur en boeren: want ze leggen koolstof vast, zijn beter bestand tegen klimaatextremen, bieden een aantrekkelijk leefgebied voor wilde dieren en planten en dragen bij aan een gezonde bodem.

En ze zijn een goed alternatief voor de intensieve gangbare landbouw die in Nederland nog steeds natuur aantast. Voedselbossen kunnen ook een goed inkomen voor boeren opleveren, bijvoorbeeld door noten te produceren. Die komen nu nog vaak uit het buitenland van intensieve teelten met veel pesticiden en watergebruik, of zelfs met gebruik van kinderarbeid. Hoe geweldig zou het zijn om duurzame hazelnoten en walnoten uit Nederland in de supermarkt te kunnen kopen?

A. Stel dat jij een voedselbos zou mogen ontwerpen, wat zou jij daar dan in willen laten groeien?

B. Welke voordelen heeft jouw voedselbos voor een gezonde wereld?

OPDRACHT 6: DOE DE TEST!

Hoe 'aardig' eet jij zelf? Doe de test en kom erachter.

