Herkomst en verspilling:

Eigen verspillingsgedrag

Breng je eigen voedselverspillingsgedrag in kaart. Geef aan hoe vaak je iets doet.

**A**.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Nooit | Soms | Vaak |
| 1. Ik schep weleens te veel **aardappels** op; die gooi ik dan weg |  |  |  |
| 2. Ik gooi weleens **brood** weg |  |  |  |
| 3. Ik eet weleens een halve of driekwart **pizza**; de rest gooi ik dan weg |  |  |  |
| 4. Ik gooi weleens **fruit** weg |  |  |  |
| 5. **Melk** die 1 dag over de datum is gooi ik weg |  |  |  |
| 6. Als na een feestje een restje **cola** overblijft, gooi ik dat weg |  |  |  |
| 7. Ik schep weleens te veel **groente** op; dat gooi ik dan weg |  |  |  |
| 8. Ik eet weleens een half **toetje**; de andere helft gooi ik weg |  |  |  |
| 9. Ik schep weleens te veel **rijst** of **couscous** op; dat gooi ik weg |  |  |  |
| 10. **Koekjes** die slap zijn geworden, gooi ik weg |  |  |  |
| 11. Van **noedels** uit een pakje of zakje gooi ik weleens een deel weg |  |  |  |
| 12. In een pak of beker **yoghurt** blijft weleens yoghurt achter; dat gooi ik weg |  |  |  |
| 13. (Een deel van) mijn **lunchtrommel** gooi ik weleens weg |  |  |  |
| 14. **Plakken kaas** die een dag over de datum zijn gooi ik weg |  |  |  |
| 15. Ik schep weleens te veel **pasta** op; dat gooi ik dan weg |  |  |  |

**B**. Wat is jouw conclusie? Kruis aan:

O Ik gooi vaak eten weg

O Ik gooi regelmatig eten weg

O Ik gooi weinig eten weg

**C**. Wat gooi jij het vaakste weg? Noteer jouw top 3.

1 ………………………………………………………..

2 ………………………………………………………..

3 ………………………………………………………..

**D**. Wat kun jij anders doen om minder voedsel te verspillen? Noteer dat hierna.

Ga (als dat kan) uit van jouw top 3.

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

**E.** Welk idee bij opdracht D zou jij deze week willen uitvoeren?

Kies 1 voornemen dat makkelijk uitvoerbaar is.

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

**F**. Hoe ga je jouw voornemen uitvoeren thuis? Ben zo concreet mogelijk. Bijvoorbeeld: Als het pak melk in de koelkast over datum is, ruik/kijk/proef ik of deze nog goed is, als dat zo is drink ik de melk op.

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………