



Voedselverspilling vermijden begint al in de winkel!



Het Brusselse Observatorium van de Duurzame Consumptie is een partnerschap tussen het OIVO en Leefmilieu Brussel.

Voor meer informatie: [obcd\(at\)oivo.be](mailto:obcd(at)oivo.be)



Met de steun van de minister van Leefmilieu en Energie van het Brusselse Hoofdstedelijke Gewest



Verspillen is nog bruikbare voedingsproducten weggooien.

In Brussel wordt meer dan 15 kg voedsel/ persoon/jaar verspild. Die verspilling valt duur uit voor onze portemonnee en voor de planeet.

Voor een gezin komt dat verspillen overeen met ongeveer 175 euro rechtstreeks in de vuilnisbak werpen.

En waarom verspillen wij? Er zijn velerlei oorzaken, maar één feit is zeker: de verspilling begint al in de winkel, wanneer wij als consumenten onze keuzes moeten maken.

Hierna volgen enkele tips om aankopen met minder verspilling te doen!

- ❁ Als dat voor u mogelijk is, ga dan meerdere malen per week winkelen. Zo kunt u gemakkelijker enkel de hoeveelheden kopen die u echt nodig hebt.
- ❁ Stel een boodschappenlijstje op vóór u naar de winkel gaat en houd u aan dat lijstje. Zo zult u niet in de valstrikken van de marketing trappen en aankopen vermijden waar u achteraf spijt van hebt.
- ❁ Er zijn mensen die zeggen dat de impulsieve voedselaankopen beperkt blijven wanneer mensen gaan winkelen nadat ze gegeten hebben: probeer het maar eens uit!
- ❁ Koop in functie van uw behoeften. Hebt u een groot gezin of verwacht u bezoek van vrienden of kennissen, kies dan voor de grote verpakkingen. In het tegenovergestelde geval, bijvoorbeeld als u alleen woont, kies dan voor kleinere verpakkingen.
- ❁ Het aanbod van producten met versnijding ter plaatse of onverpakt maakt het mogelijk om de gewenste hoeveelheden te kopen en verspilling te vermijden. Wanneer u in zelfbediening koopt, verhandel groenten en fruit dan heel voorzichtig zodat ze niet beschadigd geraken en weggegooid moeten worden.
- ❁ Laat u niet verleiden door de promotieaanbiedingen tenzij ze aan een echte behoefte beantwoorden en u

de mogelijkheid hebt om de gekochte hoeveelheden in goede omstandigheden te bewaren.

- ❁ Neem uw tijd om de etiketten te lezen, controleer de uiterste verbruiksdatum en maak uw keuzes in functie van het moment waarop u voorziet het voedingsproduct te zullen consumeren. Een product waarvan de verbruiksdatum al voorbij is, mag enkel niet meer geconsumeerd worden als het behoort tot de zeer bederfbare producten (zoals vlees en vleesproducten, vis en visproducten, patisserie...).
 - ❁ Als u voedingsproducten in snelle verkoop koopt, moet u er wel zeker van zijn dat u ze zeer snel zult kunnen consumeren.
 - ❁ Controleer of de verpakking nog intact is en geen schade of gebreken vertoont. Kies voor de verpakkingen die helemaal leeggemaakt kunnen worden. Dat brengt ons bij nog een milieuvriendelijke gewoonte die u kunt aannemen: vermijd producten met te veel verpakking en met verpakking die niet recyclebaar is.
 - ❁ Koop de diepgevroren producten als laatste en stop ze in een isothermverpakking. Zorg ervoor dat ze zo snel mogelijk na de aankoop in uw eigen diepvriezer liggen. U moet er vooral op letten dat de koudeketen niet onderbroken wordt, anders warmen de producten op en bederven ze. Weet ook dat het bewaren van diepvriesproducten thuis veel energie verbruikt.
-