

Dagboek over voedselverspilling



De meeste mensen zijn zich niet bewust van de hoeveelheid voedsel die ze weggooien. Het idee achter een dagboek over voedselverspilling is dat een burger **al het voedsel dat hij gedurende een week weggooit noteert**, samen met de reden waarom dit voedsel afval is geworden. Na een week komen alle deelnemers met de organisator van de actie samen voor de eerste dag van de EWAV-actie om hun **afvaldagboek te analyseren**: hoeveel voedsel gooi ik weg? Wat voor voedsel? Wat is de reden dat ik het weggooi? Hoeveel geld had ik kunnen uitsparen als ik dit voedsel niet had weggegooid? Deelnemers aan de dagboekactie van de EWAV zullen ook leren **wat ze kunnen doen om deze voedselverspilling te vermijden**: wat kan ik veranderen in mijn gewoontes qua plannen, winkelen, bewaren en koken, om voedselverspilling te vermijden en geld te besparen? De volgende stap is dat de deelnemers naar huis gaan met deze tips en ze dan toepassen om hun gewoonten te veranderen. Vanaf die dag noteren de deelnemers opnieuw al het voedsel dat ze gedurende een week weggooien. Aan het einde van deze tweede week komen de deelnemers en de organisator opnieuw samen en evalueren ze de veranderingen sinds de eerste ontmoeting. Ze analyseren wat ze tot dan toe bereikt hebben en welke andere maatregelen ze kunnen treffen om voedselverspilling nog verder in te perken in de toekomst.

Doelstellingen

- ▶ De deelnemers bewust maken van de hoeveelheid voedsel die dagelijks verspild wordt
- ▶ Europese burgers ervan bewust maken dat ze dagelijks acties kunnen ondernemen om voedselverspilling te vermijden
- ▶ Het bewustzijn bij de deelnemers verhogen over goede gewoontes om voedselverspilling te verminderen
- ▶ Europese burgers bewust maken van hoeveel geld ze kunnen besparen door op voedselverspilling te letten

Wat u nodig hebt

- ▶ Een **dagboek over voedselverspilling** dat de deelnemers kunnen gebruiken. U kunt voorbeelden van dergelijke dagboeken terugvinden aan het einde van dit document
- ▶ Een **locatie** voor beide bijeenkomsten: het is leuk als de bijeenkomsten kunnen plaatsvinden in het huis van een van de deelnemers, zo kan men de geleerde lessen rechtstreeks toepassen. Anders kunt u uitkijken naar een zaal in een gemeenschapscentrum, bij u op het werk, in een school, of elders.
- ▶ **Informatie- en communicatiemateriaal**: maak reclame voor uw dagboekactie door posters op te hangen op strategische plaatsen en via andere communicatiekanalen. Bereid informatiemateriaal over het vermijden van voedselverliezen voor ([hier gratis te downloaden](#)) om uit te delen aan de deelnemers tijdens de eerste bijeenkomst.
- ▶ Een **weegschaal** voor op de dag van uw actie (alle deelnemers moeten er ook thuis een hebben)

De actie voorbereiden

Voor de EWAV (op zijn minst een maand op voorhand)

- ▶ Beslis wat uw doelgroep zal zijn: wie wilt u bereiken met deze actie rond een dagboek voor voedselverspilling? Gezinnen, alleenstaanden, koppels, jonge professionals, uw collega's?



Themadagen preventie 2014 | Stop voedselverspilling

- ▶ Leg een datum vast voor beide bijeenkomsten en bepaal het tijds kader voor de actie
- ▶ Maak een poster om reclame te maken voor uw EWAV-actie of gebruik de EWAV-posters ([download ze hier](#))
- ▶ Stuur het afvaldagboek en informatie over hoe het moet worden ingevuld per mail naar uw doelgroep, of druk het af en deel het uit, samen met het [EWAV-informatieblad over voedselverspilling](#)
- ▶ Nodig mensen uit om aan het evenement deel te nemen

Voor de EWAV (een of twee weken op voorhand)

- ▶ Maak meer reclame voor uw evenement, herinner de mensen aan uw evenement en nodig ze opnieuw uit
- ▶ Zorg ervoor dat alle deelnemers het dagboek ontvangen hebben
- ▶ Herinner de deelnemers aan de procedure:
 - Een week voor de dag van de eerste bijeenkomst, beginnen de deelnemers hun dagboek in te vullen:
 - Al het voedsel dat ze elke dag weggooien moet worden genoteerd, gedurende de 7 dagen van de week
 - Vraag hen om een onderscheid te maken tussen onvermijdbaar voedselafval (schillen, pitten, enz.) en vermijdbaar voedselafval
 - Weeg al het voedselafval, gebruik daarvoor een weegschaal
 - Op de dag van de bijeenkomst zullen de dagboeken geanalyseerd worden en zullen de deelnemers tips ontvangen over hoe ze hun voedselverspilling kunnen verminderen
 - De tweede week vullen de deelnemers opnieuw hun dagboeken gedurende een volledige week in, rekening houdend met elke maaltijd en elk tussendoortje gedurende 7 dagen
 - Bij de laatste bijeenkomst, na de tweede week dat het dagboek wordt ingevuld, worden de resultaten bij elkaar gelegd en delen de deelnemers nog extra tips met elkaar
- ▶ Druk informatiemateriaal af om uit te delen tijdens de actie en informeer de deelnemers over voedselverspilling en maatregelen om voedselverspilling tegen te gaan ([u kunt het materiaal hier gratis downloaden](#))

Eerste bijeenkomst

- ▶ Kom een eerste keer bij elkaar na de eerste week dat u het voedselverspillingsdagboek hebt ingevuld
- ▶ Gebruik het evenement om meer informatie te geven over het probleem van voedselverspilling en om nuttige tips te geven aan de deelnemers over hoe ze voedselverspilling in het dagelijkse leven kunnen verminderen; deel het informatiemateriaal uit
- ▶ Vraag de deelnemers om hun dagboek opnieuw een week lang in te vullen terwijl ze de gekregen tips toepassen
- ▶ Neem foto's en maak filmpjes

De actie implementeren = dag van de actie!

Tweede bijeenkomst

- ▶ Kom een tweede keer bij elkaar nadat u opnieuw een week lang het voedselverspillingsdagboek hebt ingevuld
- ▶ Noteer alle gegevens van de eerste en tweede week op twee verschillende bladen in een "[voedselverspillingsaudit](#)" om de verschillen in de hoeveelheden verspild voedsel tussen de eerste en de tweede week te analyseren en de impact van deze verspilling te zien
- ▶ Herhaal de tips die u tijdens de eerste bijeenkomst hebt gegeven
- ▶ Geef bijkomend advies aan uw deelnemers over specifieke problemen die ze ervaren
- ▶ Deel de resultaten van uw analyse mee aan de deelnemers en aan uw Coördinator
- ▶ Neem foto's en maak filmpjes



Met de financiële steun van de Europese Commissie





Evaluatie en feedback

Na de EWAV

- ▶ Geef feedback aan uw Coördinator: aantal deelnemers, hoeveelheid vermeden afval, enz.
- ▶ Stuur foto's en video's van uw actie naar uw Coördinator

Meer informatie

- ▶ Informatiemateriaal
 - Food waste and its impact: [Do you dare to be aware?](#)
 - Tips to reduce food waste:
 - [Shopping & Planning](#)
 - [Storing](#)
 - [Cooking & Eating](#)
 - [Use-by / best-before dates](#)
- ▶ Website/contactgegevens van de EWAV-coördinator: www.ewwr.eu/list-organisers
- ▶ Europese Week van de Afvalvermindering: www.ewwr.eu contact@ewwr.eu
- ▶ Interessante links
 - European Commission: [Stop Food Waste](#)
 - [European Environment Agency](#) (EEA)
 - [European Environmental Bureau](#) (EEB)
 - [Every Crumb Counts](#)
 - [Food and Agriculture Organization](#) (FAO)
 - IGD: [Food redistribution](#)
 - [Love Food Hate Waste](#)
 - Love Food Hate Waste: [Food waste recycling - What to do with the food you can't eat?](#)
 - OECD [Food Chain Network](#)
 - [SAVE FOOD initiative](#)
 - [Slow Food Movement](#)
 - [Think.Eat.Save.](#)
- ▶ Dagboeken over voedselverspilling
 - WRAP/Love Food Hate Waste: Food waste diary by Love Food Hate Waste: [Food Waste Diary](#)
 - Fischer, Christoph / Ganglbauer, Eva / Molzer, Georg: [Food Waste Diary app](#) (on [Itunes](#) and [Google Play](#))
 - SafeFood: [Food diary](#)
 - NLWA: [Wise Up To Waste](#) – Food Waste Diary

