

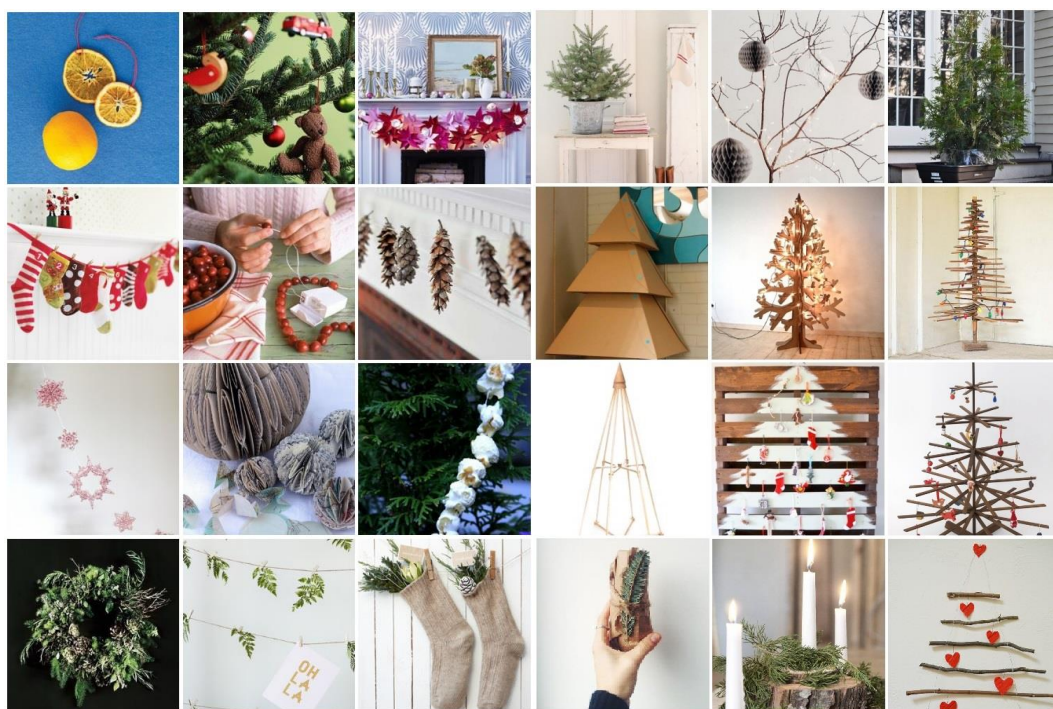
100-100-100

100 dagen afvalvrij



Afvalvrij met kerst Inspiratie

Hoe probeer jij een afvalvrije kerst te creëren? Met deze tips hopen we je een stapje op weg te helpen!



Pinterest, blogs en YouTube zijn ontzettend goede inspiratiebronnen voor afvalvrij leven. De volgende blogs zijn leuk om te lezen als inspiratie voor de kerst:

- <http://www.emmajohn.nl/2015/12/een-plasticvrije-kerst.html>
- <http://thenotepasser.com/blog/2014/12/11/zero-waste-christmas>
- <http://www.zerowastehome.com/2009/12/zero-waste-christmas-or-almos/>
- [https://nl.pinterest.com/search/pins/?q=zero%20waste%20christmas&rs=typed&term_meta\[\]=zero%7Ctyped&term_meta\[\]=waste%7Ctyped&term_meta\[\]=christmas%7Ctyped](https://nl.pinterest.com/search/pins/?q=zero%20waste%20christmas&rs=typed&term_meta[]=zero%7Ctyped&term_meta[]=waste%7Ctyped&term_meta[]=christmas%7Ctyped)

Maar ook buiten de kerst is het fijn om te lezen over afvalvrij leven. Dit kan super inspirerend, leerzaam en leuk zijn. Daarom delen we onze favorieten!

Nederlandse blogs:

<http://www.emmajohn.nl/>
<http://schonestadsmeisje.com/>
<http://levenzonderafval.blogspot.nl/>
<http://www.greenevelien.com/>

Engelstalige blogs:

<http://www.trashisfortossers.com/>
<http://www.paris-to-go.com/search/label/zero-waste>
<http://www.gittemary.com/>
<https://adreamlivedgreener.wordpress.com/>
<http://robgreenfield.tv/>
<http://shareyourfoodknowledge.tumblr.com/>
www.zerowastehome.com

YouTube accounts:

<https://www.youtube.com/channel/UCd8VSxKqnfeulUWvCAvcksA>
https://www.youtube.com/channel/UCFQ_CWYmt-ScWaPX4YfnBrQ
<https://www.youtube.com/channel/UCKirXBZV7hE4Fws3VSdYkRQ>
<https://www.youtube.com/channel/UCkq2gEWE-i647M71bh7zDxA>
<https://www.youtube.com/channel/UC4sORY6tWJMcaplquvMMdLQ>
<https://www.youtube.com/channel/UCSmBhccHcivrgm8V6akDGUw>
https://www.youtube.com/channel/UCgijw6tZNYjR_8zIFDsIPpww

Heb jij nog een tip?

In onze zoektocht naar afvalvrije tips hebben we geprobeerd een zo volledig mogelijk advies te vormen. Maar het kan natuurlijk zijn dat we een tip over het hoofd hebben gezien.

Heb jij nog een tip? Deel het op het platform!

100-100-100

100 dagen afvalvrij



Afvalvrij met kerst Het diner

Hoe probeer jij een afvalvrije kerst te creëren? Met deze tips hopen we je een stapje op weg te helpen!



Gebruik stoffen servetten.
Deze kan je zelf maken of
kopen!

Sta je erom bekend dat je
altijd te veel eten maakt
voor het kerstdiner? Ga de
uitdaging aan en maak een
keer minder!

Kijk ook eens terug naar de
tips voor afvalvrij leven in de
keuken uit:

[Week 1](#) of [week 2](#)



Heb je toch restjes
van bijvoorbeeld het
gourmetten? Deze
kan je gemakkelijk
verwerken tot een
roerbakgerecht zoals
een curry.



Doen jullie aan cadeautjes
tijdens kerst? Kijk dan eens
terug naar de [tips voor een
afvalvrij Sinterklaas!](#)

Versier je tafel met
natuurlijke materialen, zoals
takjes van een dennenboom.



Heb jij nog een tip?

In onze zoektocht naar afvalvrije tips hebben we geprobeerd een zo volledig mogelijk advies te vormen. Maar het kan natuurlijk zijn dat we een tip over het hoofd hebben gezien. Heb jij nog een tip? Deel het op het platform!

100-100-100

100 dagen afvalvrij



Afvalvrij met kerst Voedselverspilling voorkomen

Hoe probeer jij een afvalvrije kerst te creëren? Met deze tips hopen we je een stapje op weg te helpen!

Het meeste voedsel wordt verspild bij consumenten thuis. Huishoudens verspillen jaarlijks namelijk wel 105 kg aan bruikbaar eten. En dat terwijl het zo makkelijk, leuk en lekker is om voedselverspilling te voorkomen! Met deze tien tips, van het restaurant Instock, ga jij voedselverspilling tegen!

1. Check what's in stock voordat je boodschappen gaat doen

Vaak heb je meer dan je denkt! Voorkom dat je te veel producten in huis haalt door eerst de koelkast open te trekken voordat je boodschappen gaat doen.

2. Maak een boodschappenlijstje

We weten het. De schappen van de supermarkt liggen vol verleidingen. Maar wie boodschappen doen met een lijstje op zak doet stukken minder impuls aankopen. Schrijf dus op wat je echt nodig hebt en je zult uiteindelijk minder voedsel verspillen én ook nog eens geld overhouden.

3. Meten is weten

Gebruik een maatbeker voor rijst, pasta e.d. Dit helpt je om in te schatten hoeveel je nou daadwerkelijk nodig hebt waardoor je uiteindelijk minder hoeft weg te gooien.

4. Kijk, ruik en proef voordat je iets weggooit

Het verkeerd interpreteren van de THT-datum op producten is een belangrijke oorzaak van voedselverspilling. De THT-datum is slechts een kwaliteitsgarantie van de producent (terwijl de TGT-datum wel de uiterste datum is waarop je een product kunt eten). Vertrouw dan ook op je eigen zintuigen voordat je iets weggooit.

5. Bewaar voedsel op de juiste temperatuur

Wist je dat je tomaten beter buiten de koelkast kunt bewaren? En dat 4 graden Celsius de juiste temperatuur is voor de koelkast?

6. FIFO

Oftewel: first in, first out! Maak eerst op wat het langste in je koelkast ligt. Het spreekt voor zich, maar pak eerst die rijpere banaan i.p.v. een minder rijpe. Maak een gerecht met de groenten op moeten in plaats van wat je net in huis hebt gehaald.

7. Geef je producten een tweede bestemming door ze te conserveren

Fermenteren, inmaken, pekelen... Het klinkt misschien als een ver-van-je-bed-show, maar het is makkelijker en leuker dan je denkt! Een halve komkommer bewaar je bijvoorbeeld in een potje met azijn, water, suiker en chili peper en serveer je als frisse snack bij een rijstgerecht.

8. Bewaar je restjes in goed afsluitbare bakjes

Eten over? Fijn! Als je het goed bewaart kun je het later die week nog prima eten. Neem het mee als lunch of verwen jezelf door een avondje lekker niet te koken.

9. Share it!

Met je vrienden, buurvrouw of oma... Je kunt vast iemand blij maken met jouw overgebleven maaltje! Er bestaan ook verschillende apps waarop je je eten kunt aanbieden aan anderen of juist zelf eens kunt kijken wat er bij anderen over is.

10. Maak de geitjes op de kinderboerderij blij met jouw restjes

Maar wel eerst even checken wat ze mogen eten natuurlijk.

Heb jij nog een tip?

In onze zoektocht naar afvalvrije tips hebben we geprobeerd een zo volledig mogelijk advies te vormen. Maar het kan natuurlijk zijn dat we een tip over het hoofd hebben gezien.

Heb jij nog een tip? Deel het op het platform!