



EET LOKAAL

Thematisch dossier



Inleiding: de keerzijde van wat op ons bord ligt

Eet lokaal is één van de 6 actiedagen van de campagne [GoodPlanet Challenges](#). Eet lokaal is kiezen voor lokale en seizoensgebonden groenten en fruit. We kunnen ons heel wat vragen stellen over het voedsel dat ons op bord ligt: waar komt het vandaan? Hoe wordt het geproduceerd? Wat zijn de verborgen problemen achter ons voedsel. Denk maar aan een perfect gebakken biefstuk, knapperige frietjes, boontjes, een tomatensalade en een banaan als dessert: het is een klassiek menu dat bij veel gezinnen al eens op tafel komt of dat de dienbladen van veel refters vult. Maar waar komen al die ingrediënten vandaan en hoe wordt het geproduceerd?

In welk land wordt het rund dat ik eet gefokt? Komen aardappelen uit België? Zijn bonen en tomaten in ons land groenten van het seizoen? Zo niet, waar komen ze dan vandaan? Boontjes uit Kenia, Egypte of Marokko, komen die met het vliegtuig? In Spanje geteelde tomaten, komen die uit serres? Zijn die serres in de winter verwarmd? Dat er in België geen bananenbomen zijn, is zeker. Maar waar komt mijn banaan dan vandaan? Uit Ecuador? Of uit Zuid-Afrika? En komen ze per vliegtuig of per schip?

Hoe wordt ons voedsel geproduceerd? Onder welke omstandigheden groeide het rund op? Op een weiland of in een fabrieksboerderij? Worden de groenten die wij eten door een tuinder geteeld of komen ze uit de intensieve teelt in verwarmde serres? Zijn ze biologisch geteeld? Wat zijn de verborgen problemen achter ons voedsel? Wat kunnen we doen om deze valkuilen te vermijden en over te schakelen naar een duurzamer dieet - één dat beter is voor onszelf, voor anderen en voor de planeet? Deze en duizenden andere vragen kunnen we bij elke maaltijd stellen. Als we de tijd nemen om stil te staan bij wat er op ons bord ligt, beseffen we dat achter elk voedingsmiddel een lange of kortere reis schuilgaat die een grote of kleine impact heeft op onze planeet.

Dit dossier biedt een theoretische basis voor de uitdaging 'Eet Lokaal' aan de hand van een kort overzicht van de problemen rond voedsel en enkele mogelijke oplossingen, zowel voor ons als voor de hele maatschappij. Het is belangrijk om kinderen al op jonge leeftijd bewust te maken van de impact van de voedselindustrie op onze omgeving. Zij zijn immers de toekomstige leiders van ons land. Eet Lokaal vormt hiertoe de ideale eerste aanzet!



Problemen tussen ons bord en de planeet

✓ Energieverbruik en de uitstoot van broeikasgassen

Transport van voedsel verbruikt veel brandstof. Ons voedsel heeft nog nooit zo ver gereisd: gemiddeld legt het 2.000 (1) km af voordat het ons bord bereikt! Denk aan bonen uit Kenia, bananen uit Ecuador, tomaten uit Spanje, ... Er zijn tal van voorbeelden, maar ze zijn niet altijd gemakkelijk op te sporen: van sommige broden die in onze supermarkten worden gebakken en verkocht, is het deeg in Polen gemaakt, onze Noordzeegarnalen worden in Marokko gepeld, enz. Alle vormen van vervoer zijn vervuילend, omdat ze CO₂ uitstoten. Vliegtuigen produceren echter 60 keer meer CO₂-uitstoot dan schepen en 8 keer meer dan vrachtwagens (2).

Verwarmde serres worden gebruikt om buiten het seizoen groenten te kweken. Ze worden vaak verwarmd met fossiele brandstoffen: gas en olie. Zo stoot 1 kg in een verwarmde serre geteelde tomaten 3,73 kg CO₂ uit, terwijl in het seizoen geteelde tomaten (d.w.z. zonder verwarming van de serre) slechts 0,21 kg CO₂ produceren. Naar schatting produceert eten buiten het seizoen 18 keer meer broeikasgassen (3).

De intensieve landbouw gebruikt grote hoeveelheden meststoffen en pesticiden, waarvan de productie veel energie vergt. Om 1 ton meststof te produceren, is bijvoorbeeld het equivalent van 2 ton olie nodig (4). Appels worden ongeveer 20 keer bespoten met pesticiden voordat ze in de winkelschappen terechtkomen. Bovendien verbruiken de grote landbouwmachines die hier ingezet worden veel brandstof.

In de intensieve veehouderij worden grote hoeveelheden planten verbouwd om dieren te voeden. Er is bijvoorbeeld 7 tot 10 kg granen en peulvruchten nodig om 1 kg rundvlees (5) te produceren. Bovendien stoten herkauwers methaan uit, een gas dat 23 keer meer bijdraagt aan het broeikaseffect dan CO₂.

De productieketens zijn langer en complexer geworden, en levensmiddelen worden industrieel verwerkt (kant-en-klaarmaaltijden, diepvriesmaaltijden, gewassen en gesneden groenten, verpakking, vacuümverpakking), wat opnieuw veel energie vergt.

✓ Aantasting van natuurlijke hulpbronnen

Het gebruik van chemische meststoffen en pesticiden vervuילt het oppervlaktewater en het grondwater. De producten verontreinigen de bodem en verminderen uiteindelijk de vruchtbaarheid ervan.



De **uitwerpselen van het vee** zitten vol nitraten die terechtkomen in de rivieren, het grondwater en vervolgens in de oceanen. Ze dragen bij tot de vervuiling daarvan (eutrofiëring, gezondheidsrisico's, enz.).

Meer dan **70% van de wereldwijde vraag naar water** is bestemd voor het besproeien van gewassen en de irrigatie van land. In Kenia gebruiken de boeren het grootste deel van dit zoete water voor exportgewassen. Dat zorgt ervoor dat er voor de plaatselijke bevolking slechts 3 glazen water per dag per persoon beschikbaar zijn (6).

Wereldwijd is **80% van de ontbossing** (7) te wijten aan de landbouw. Het Amazonegebied, het Congobekken en Indonesië zijn ondertussen een groot deel van hun tropisch regenwoud kwijt, meestal omdat het gekapt werd voor landbouw of veehouderij die bestemd is voor export naar geïndustrialiseerde landen.

✓ Vermindering van de biodiversiteit

De biodiversiteit lijdt onder de ontbossing voor landbouw. Het voortbestaan van vele soorten wordt in gevaar gebracht door de vernietiging van hun habitat. Zo zou het kunnen dat de orang-oetan binnen enkele jaren volledig uit zijn natuurlijke omgeving verdwijnt als de ontbossing, vooral voor de productie van palmolie, in het huidige tempo doorgaat (8). Ook de in Europa toegepaste intensieve landbouwtechnieken dragen bij tot de achteruitgang van de biodiversiteit, gezien dit het landschap wijzigt, onder andere via: het verwijderen van heggen en bosjes, het vergroten en standaardiseren van percelen, het gebruik van pesticiden, ...

Minder bekend is dat de standaardisering en globalisering van onze landbouwproductie ook heeft geleid tot een vermindering van het aantal gekweekte soorten. Zo zijn slechts 4 planten (tarwe, rijst, maïs en aardappelen) goed voor 60% van het menselijk voedsel (9). Binnen deze plantensoorten worden er bovendien steeds minder soorten gekweekt. De Voedsel- en Landbouworganisatie van de Verenigde Naties, de FAO, schat dat 75% van de gecultiveerde landbouwvariëteiten in de wereld sinds 1900 is verdwenen (10). Deze verarming betekent het verlies van een enorm natuurlijk en cultureel erfgoed. Het maakt de gewassen kwetsbaarder, omdat de overgebleven rassen geselecteerd zijn voor de intensieve landbouw en grotendeels afhankelijk zijn van input (meststoffen en pesticiden) en dus van fossiele brandstoffen (11).

Zij die ervoor zorgen dat ons bord gevuld raakt

De huidige levensomstandigheden van boeren en boerinnen zijn zeer moeilijk: afhankelijkheid van multinationals, klimaatverandering, internationale concurrentie en prijsinstabiliteit, strenge fytosanitaire normen, ijkstandaarden, onzekerheid, schuldenlast, eenzaamheid, verlies van betekenis, ... Veel boeren stoppen met werken vanwege deze moeilijkheden of kunnen aan het eind van hun carrière geen opvolger vinden.



✓ **Het zuiden is slachtoffer van oneerlijke concurrentie**

In veel zuidelijke landen hebben hele regio's zich gespecialiseerd in exportgewassen: bananen, cacao, koffie, soja, rijst, bonen, ... (12). Daardoor produceren deze landen niet meer genoeg voor hun eigen bevolking en moeten ze basisproducten zoals granen, groenten, vlees, melk, enz. invoeren tegen prijzen die soms zeer hoog zijn in vergelijking met hun inkomen.

Bovendien subsidiëren de geïndustrialiseerde landen hun landbouw, vooral de grote landbouwbedrijven, waardoor oneerlijke concurrentie op de wereldmarkt ontstaat. De Verenigde Staten en Europa produceren te veel van bepaalde levensmiddelen en verkopen het overschot vervolgens, deels gesubsidieerd, tegen afbraakprijzen op buitenlandse markten. Daardoor raken de boeren in het Zuiden, die op menselijke schaal produceren, hun producten niet meer kwijt omdat ze duurder zijn dan de ingevoerde producten. Veel boeren in het zuiden moeten als gevolg daarvan hun teelt opgeven. Ze kunnen hun producten niet op de lokale markten verkopen. Ze moeten dan hun toevlucht nemen tot exportgewassen of naar steden verhuizen, wat het ontstaan van verarmde en overbevolkte sloppenwijken versterkt.

✓ **Het noorden staat onder druk**

In België heeft de politiek na WOII de concentratie van grond, de specialisatie en industrialisatie van landbouwbedrijven, maar ook de monocultuur, het gebruik van chemische middelen (meststoffen en pesticiden) en de industriële veredeling bevorderd. Als gevolg daarvan zijn boeren momenteel gedwongen om schulden te maken om winstgevend en concurrerend te blijven. Sommigen zijn ontmoedigd en anderen vinden geen kopers als ze stoppen. In minder dan 40 jaar, van 1980 tot 2019, heeft het land 68% van zijn landbouwbedrijven en 62% van zijn beroepsbevolking verloren. In dezelfde periode is de gemiddelde oppervlakte per landbouwbedrijf verdrievoudigd (13). In Europa controleert 3% van de grootste landbouwbedrijven 50% van het land (14).

Maar wat wordt er eigenlijk in België geproduceerd? Vlaanderen is gespecialiseerd in intensieve groenteteelt, vaak in serres (verwarmd in de winter), en intensieve varkens- en kippenteelt. Wallonië produceert zeer weinig groenten, maar vooral voedergewassen (tarwe en maïs voor veevoer), suikerbieten, melk en rundvlees (op grasland). In Brussel is de landbouwproductie momenteel te verwaarlozen.

✓ **En als we ons bord dan ook nog verspillen...**

De FAO schat dat we wereldwijd jaarlijks ongeveer 1 miljard ton voedsel verspillen (15). Dit is een derde van het voedsel dat voor menselijke consumptie wordt geproduceerd. Een kwart van deze productie zou de 870 miljoen hongerige mensen in de wereld kunnen voeden (16).



Of ons voedsel nu van het veld komt of uit de zee, de verspilling komt doorheen de hele productieketen (productie, verwerking, distributie) tot stand. Hoe verder van het veld, hoe groter de impact op het milieu, aangezien het voedsel dan verwerkt, opgeslagen en bewaard moet worden, voordat het alsnog in de vuilnisbak belandt! Alleen al in Europa is voedselafval naar schatting verantwoordelijk voor het equivalent van 170 miljoen ton CO₂ per jaar door de productie van afgedankte levensmiddelen – en daarbij komen nog de milieukosten van de verwerking van dit afval.

Voedselverspilling betekent dus dat er tegelijk ook water, energie, werk en geld verspild wordt.

Oplossingen voor de uitdagingen van de toekomst

We hebben gezien dat de manier waarop wij op dit moment ons voedsel produceren en consumeren veel hulpbronnen en energie vergt – maar die zijn niet oneindig. De productie en het vervoer ervan zorgt voor een grote hoeveelheid CO₂.

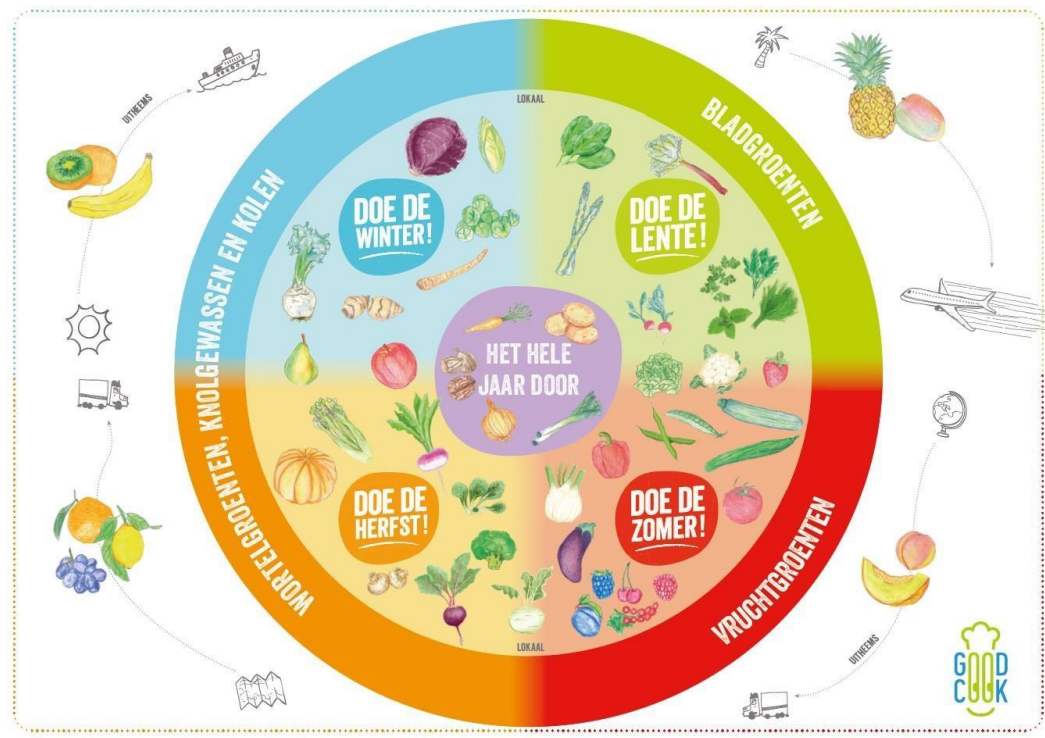
De grote voedseluitdaging van de toekomst is dat tegen 2050 9 miljard mensen gevoed moeten worden. Dat is onmogelijk zonder een herziening van de huidige productie- en consumptiepatronen. Iedereen moet zijn rol daarin opnemen. Enerzijds moet het landbouwbeleid evolueren naar een beredeneerde landbouw, die aangepast is aan de menselijke maat en aan de seizoenen. Anderzijds kunnen wij als consumenten duurzame consumptiepraktijken toepassen.

Hieronder sommen we een aantal manieren op om deze uitdagingen dagelijks aan te gaan.

✓ Ga voor lokaal en van het seizoen

Kiezen voor seizoensgebonden voedsel voorkomt dat serres in de winter verwarmd moeten worden en zorgt voor minder transport. Dit betekent natuurlijk wel dat we moeten accepteren dat we in de winter geen tomaten kunnen eten en dat we in de zomer de appels aan ons voorbij moeten laten gaan. Een aantal van onze gewoontes zullen we dus moeten veranderen. Maar dat schept misschien de gelegenheid om in de keuken een extra dosis creativiteit te voorzien en om nieuwe groenten uit te proberen.

GoodPlanet heeft een seizoenskalender voor groenten en fruit gemaakt. Je kan deze terugvinden in de [online toolbox](#) van de GoodPlanet Challenges. Je kan deze gebruiken als leidraad voor de seizoensgebonden keuken!



✓ Koop bij voorkeur via de korte keten

Gebruikmaken van de korte keten kan door rechtstreeks op de boerderij te kopen of door alternatieve inkoopcombinaties (17). Dit heeft een positief effect op het milieu en is een manier om het inkomen van landbouwers te verbeteren. De korte keten stelt landbouwers in staat uit het agro-industriële netwerk te stappen en bevordert de plaatselijke economie. De korte keten zorgt bovendien voor sociale banden en bewerkstelligt dat de consument 'ter plaatse' in contact komt met de realiteit van de landbouw.

✓ Koop bij voorkeur producten uit de biologische landbouw

De biologische landbouw maakt geen gebruik van chemicaliën (die de bodem en het water vervuilen) en verbruikt minder fossiele energie in de vorm van meststoffen en pesticiden.

✓ Eet minder maar beter vlees

Als je je vleesconsumptie vermindert en je bord meer vegetarisch maakt, kun je je koolstofvoetafdruk verkleinen zonder dat de voedingskwaliteit van je voedsel vermindert. Je kunt perfect eiwitbronnen variëren door de voorkeur te geven aan plantaardige eiwitten: met peulvruchten (linzen, kikkererwten, bonen, enz.), quinoa, tofu, enz. Als je daarnaast kiest voor lokaal kwaliteitsvlees (van de slager of rechtstreeks van de boerderij) beperk je de impact op het milieu en steun je de boeren.



✓ Voorkom voedselverspilling en gebruik restjes

De Belgen zijn naar het schijnt de Europese koploper op het gebied van voedselverspilling (18). Dit is niet iets om trots op te zijn – maar als we het dan toch positief bekijken, betekent het dat er ruimte is voor verbetering. Hoe kunnen we die bewerkstelligen? Door zo nauwkeurig mogelijk vooraf in te calculeren wat we nodig hebben en door restjes te gebruiken: van droog brood kan je paneermeel of croutons maken, van wat zacht geworden groenten maak je soep en overrijp fruit kan je gebruiken voor gebak of smoothies, ...

✓ Geef de voorkeur aan minder verwerkte producten

Hoe minder voedingsmiddelen verwerkt worden, des te minder energie ervoor nodig is. Industrieel geproduceerde voedingsmiddelen vragen immers om allerlei verwerkingen, zoals: snijden, invriezen, vervoer, extra verpakking, enz. Minder verwerkte producten zijn bovendien gezonder omdat ze minder suiker, verzadigd vet, additieven, kleurstoffen en conserveringsmiddelen bevatten. Als je goed de etiketten leest, ontdek je gemakkelijk de verborgen, soms onvermoede, ingrediënten van supermarktproducten.

Conclusie

De negatieve effecten van ons voedsel op het milieu verminderen en duurzamer eten, kan soms ingewikkeld lijken, maar beetje bij beetje kunnen we de eerste stappen zetten! Laten we in de eerste plaats kleine aanpassingen in onze gewoontes aanbrengen, die haalbaar zijn. Zo kunnen we de trend keren en de verandering zijn die we willen zien in de wereld. Deelnemen aan 'Eet Lokaal' is alvast een eerste goeie stap in de richting van een duurzamere wereld en toont vooral ook dat beter eten goed en leuk is!

Als je nog meer wil weten

Educatieve workshops en tools GoodPlanet

- **GoodCook:** een traject waarbij kinderen bewust worden gemaakt van het belang van groenten en fruit als onderdeel van een gezonde, kwaliteitsvolle voeding en waarbij ze het plezier ervaren van het eten van lokale, seizoensgebonden producten – 3^{de} graad lager onderwijs (<https://www.goodplanet.be/nl/goodcook-nl/>)
- **Zie ze groeien:** moestuinieren op school met het groeipakket ([Zie ze groeien - GoodPlanet Belgium](#))
- **Andere:** [Aanbod Duurzaamheids educatie - GoodPlanet Belgium](#)



Andere dossiers en pedagogische tools

- **'Game of Food'** (<https://goodfood.brussels/nl/contributions/pedagogische-hulpmiddel-game-food>)
- **Lespakketten** **Oxfam** (<https://oxfambelgie.be/doe-mee/oxfam-op-jouw-school/lespakketten>) en vooral de thematische fiches **'Landroof'** (<https://www.oxfamsol.be/nl/thematische-fiches-0>)
- **Voeding en milieu:** 100 tips om lekker, milieuvriendelijk én gezond te eten (https://document.environnement.brussels/opac_css/index.php?lvl=notice_display&id=29)
- **De biodiversiteit beschermen:** een zaak van ons allemaal (<https://bebiodiversity.be/nl/>)

Interessante websites en organisaties

- **FAO:** Voedsel - en Landbouworganisatie van de Verenigde Naties (<https://www.fao.org/home/en>)
- **VLAM:** Vlaams Centrum voor Agro en Visserijmarketing: (<https://www.vlaanderen.be/vlam/kennisbank>)
- **De GoodFood Portaal** (www.goodfood.brussels)
- **Bio Mijn Natuur** (<https://biomijnnatuur.be/>)
- **Netwerk om rechtstreeks bij lokale boeren te kopen:**
 - Boeren & Buren (<https://boerenenburen.be/>)
 - Recht van bij de boer (<https://www.rechtvanbijdeboer.be/>)
 - Voedselteams (<https://www.voedselteams.be/>)
- **Linked Farm** (<https://www.linked.farm/>)
- **BioForum vzw** (<https://www.bioforum.be/>)
- **Steunpunt Korte Keten** (<https://www.steunpuntkorteketen.be>)

Bronnen*

**Deze bronnen zijn in het Frans, gezien dit dossier oorspronkelijk in het Frans werd geschreven en daarna werd vertaald naar het Nederlands.*

- (1) Les Guides de l'Ecocitoyen « Alimentation et environnement », Région Wallonne – 2010 , p.17
- (2) Selon les chiffres de l'atlas mondial de l'alimentation
- (3) Brochure « Mangez moins de CO2 », saveur paysanne, 2009, p.3
- (4) Les Guides de l'Ecocitoyen « Alimentation et environnement », Région Wallonne – 2010 , p.17
- (5) « Jeu de la ficelle », Rencontre des Continents, Quinoa, Solidarité Socialiste - FCD.
- (6) « Jeu de la ficelle », Rencontre des Continents, Quinoa, Solidarité Socialiste - FCD.



- (7) D'après un rapport de la FAO, cité entre autres sur <https://youmatter.world/fr/definition/deforestation-definition-causes-consequences-solutions/#:~:text=D'apr%C3%A8s%20le%20rapport%20sur,mini%C3%A8res%20et%20enfin%20l'urbanisation.>
- (8) <https://bebiodiversity.be/>
- (9) CNRS, « Climat, agriculture, élevage et alimentation », www.cnrs.fr – PLUS DISPONIBLE SUR LE SITE..
- (10) « Valorisons la biodiversité dans la nature » <https://www.fao.org/3/V1430F/V1430F01.htm>
- (11) Alimentation, circuits courts, circuits de proximité, Les cahiers de la Solidarité n°20, novembre 2009.
- (12) Suite à la colonisation notamment et puis sous la pression entre autre du Fond Monétaire International et de la Banque Mondiale.
- (13) Chiffres clés de l'agriculture – Statbel - <https://statbel.fgov.be> , chiffres de 2020
- (14) www.outilsoxfam.be – « L'accès à la terre en Belgique. Des chiffres qui en disent long »
- (15) rapport van de VN, terug te vinden via <https://susanova.be/artikels/we-gooien-elk-jaar-bijna-een-miljard-ton-voedsel-weg>
- (16) <https://environnement.brussels/thematiques/alimentation/enjeux-et-impacts/le-gaspillage-alimentaire>
- (17) Les groupes d'achats alternatifs sont les GAC, GAS, GASAP Et proposent des formules « panier bio hebdomadaire » qui permettent d'avoir des prix préférentiels sur les produits bio, de soutenir les productrices et producteurs locaux et de découvrir les légumes de saison parfois oubliés de nos assiettes.
- (18) Selon un rapport de l'Union européenne : Communiqué de presse du Parlement Européen du 11 avril 2017, https://bit.ly/Infographie_leschiffresdugaspillagealimentaire_eu