

## *Colofon*

Een uitgave van DE LANTAARN

Oorspronkelijke titel: *Say no to waste*

Oorspronkelijk uitgegeven in 2019  
door Summersdale Publishers Ltd  
© Summersdale Publishers Ltd, 2019

Tekst: Abi McMahon  
Research: Annika Loh

©2019 De Lantaarn b.v., Ede  
Vertaling: Felice Portier/Vitataal  
Redactie en productie: Vitataal  
Opmaak: Fenatic  
Illustraties: Shutterstock

ISBN: 978-94-6354-363-7  
NUR: 450

Niets uit deze uitgave mag worden  
gereproduceerd door middel van  
elektronische of andere middelen,  
met inbegrip van geautomatiseerde  
systemen, zonder voorafgaande  
schriftelijke toestemming van de  
uitgever.

## *Inhoud*

**4**

*Wat is er zo verkeerd  
aan afval?*

**17**

*Gezondheid en uiterlijke  
verzorging*

**51**

*Voedsel en huishouden*

**78**

*Lifestyle*

**92**

*Bijzondere gelegenheden*

**113**

*Gewoonten, vaardigheden  
en mindset*



## WAT IS ER ZO VERKEERD AAN AFVAL?

## *Inleiding*

Onze aarde wordt bedolven onder ons afval. De vuilstortplaatsen zijn op zijn zachtst gezegd vol, en hele stroken land en zee zijn bedekt met stinkend afval. We kennen helaas maar al te goed de hartverscheurende beelden van schildpadden die bekneld zitten in plastic wikkels en van vogelmagen vol onverteerbaar plastic verpakkingsmateriaal en ander door de mens geproduceerd afval. Het goede nieuws is dat iedereen hier iets aan kan doen, en dat het helemaal niet moeilijk is om daarmee te starten! Dit boek helpt je om in alle onderdelen van je leven beetje bij beetje minder afval te produceren. Je vindt hier 101 kleine aanpassingen die het verschil kunnen maken. Zo kun je beginnen met het terugdringen van je eigen afval en de wereld stap voor stap veranderen. Kies een tip uit en voer die een week lang uit. Als het werkt, hou het dan een maand vol, voeg er nog een idee aan toe en bouw zo voort op je succes. Een succesvolle aanpak van onze overproductie van afval berust op drie belangrijke recycleprincipes: verminderen, hergebruiken en recyclen. Dit betekent niet dat je je eigendommen hoeft op te offeren. Focus om te beginnen op dat de producten die je koopt een kleine afvalimpact hebben en dat ze lang meegaan, gerepareerd of hergebruikt kunnen worden als ze versleten raken. Dit boek laat je zien hoe je betere aankoopkeuzes kunt maken en wat de beste manieren zijn om je spullen nieuw leven in te blazen.

Tot slot vind je bij elke tip wat extra informatie aan de hand waarvan je kunt beslissen of die manier van afval verminderen goed bij jouw levensstijl past. Op elke bladzijde vind je een icoon. Dit is de betekenis:

## *verklaring*



**GOEDKOPER DAN HET  
VERKWISTENDE ALTERNATIEF**



**IN ELKE WINKELSTRAAT  
TE VINDEN**



**DOE-HET-ZELFOPTIE**



**VERMINDERT JE TOTALE  
AFVALPRODUCTIE**



**AFVALVRIJ**



**VERLENGT DE LEVENSDUUR  
VAN JE SPULLEN**



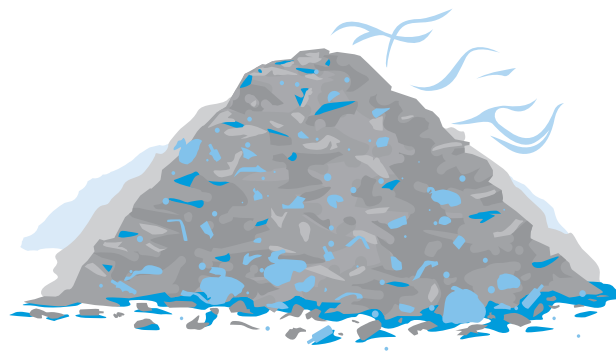
**DEELS COMPOSTEERBAAR**



**OPTIE DIE OM EEN NIEUWE  
AANPAK VRAAGT**

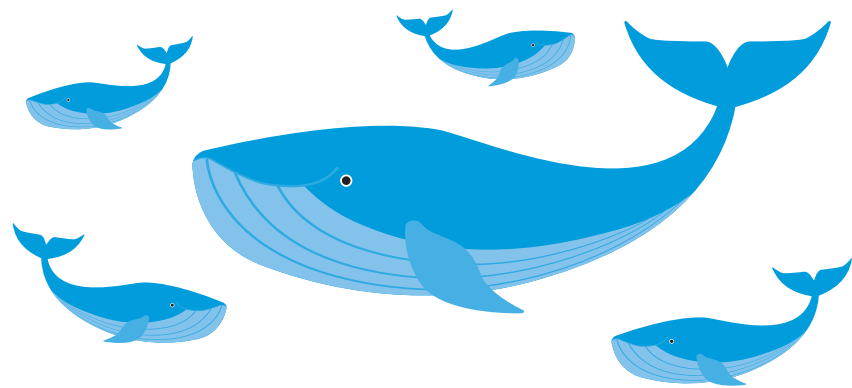
**JAARLIJKS WORDT ER WERELDWIJD MAAR  
LIEFST 2,12 MILJARD TON AFVAL GESTORT.**

**99 PROCENT VAN ALLE AANKOPEN  
WORDT BINNEN  
ZES MAANDEN WEGGEGOID.**

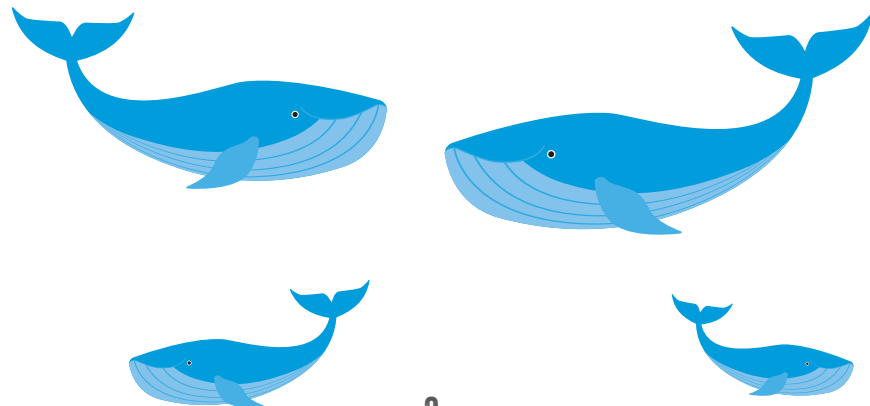




In Nederland gooien we 700 miljoen kilo vast voedsel per jaar weg, waarvan 13 procent eetbaar is. In de VS wordt naar schatting 30 tot 40 procent van het voedsel verspild; deze verspilling vormt de grootste bron van afval voor de lokale stortplaatsen. Ondertussen heeft 1 op de 7 mensen ter wereld niet genoeg te eten. Wereldwijd wordt er jaarlijks helaas 1,3 miljard ton voedsel verspild. Naar schatting verspilt elke Nederlander tussen de 105 en 152 kilo voedsel per jaar.

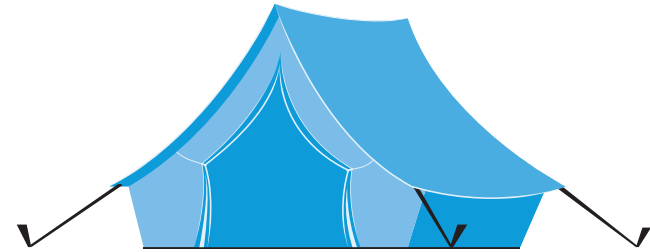


Jaarlijks gooien we wereldwijd ongeveer 50 miljoen ton aan elektrische apparaten weg. Dat is bijna net zoveel als het gewicht van 250.000 blauwe vinvissen aan oude computerapparatuur, televisies, muziekinstallaties, keukenapparatuur, ofwel 10 keer zoveel als de hoeveelheid blauwe vinvissen die vandaag de dag nog leeft.





**SINDS HET BEGIN VAN DE  
PLASTICPRODUCTIE, IN HET BEGIN VAN  
DE TWINTIGSTE EEUW, IS ER 8,3 MILJARD  
TON GEPRODUCEERD, WAARVAN SLECHTS  
9 PROCENT OOI IS GERECYCLED.**



Alleen al op de Britse muziekfestivals wordt jaarlijks ongeveer 23.500 ton afval geproduceerd, waarvan slechts een derde wordt gerecycled: de rest belandt op de vuilstort. Dit afval bestaat uit drinkflessen, wegwerpbekers en -borden, voedselresten, restanten van tenten, slaapzakken en zelfs niet-biologisch afbreekbare glitter.