

Planeet Tussendoortje

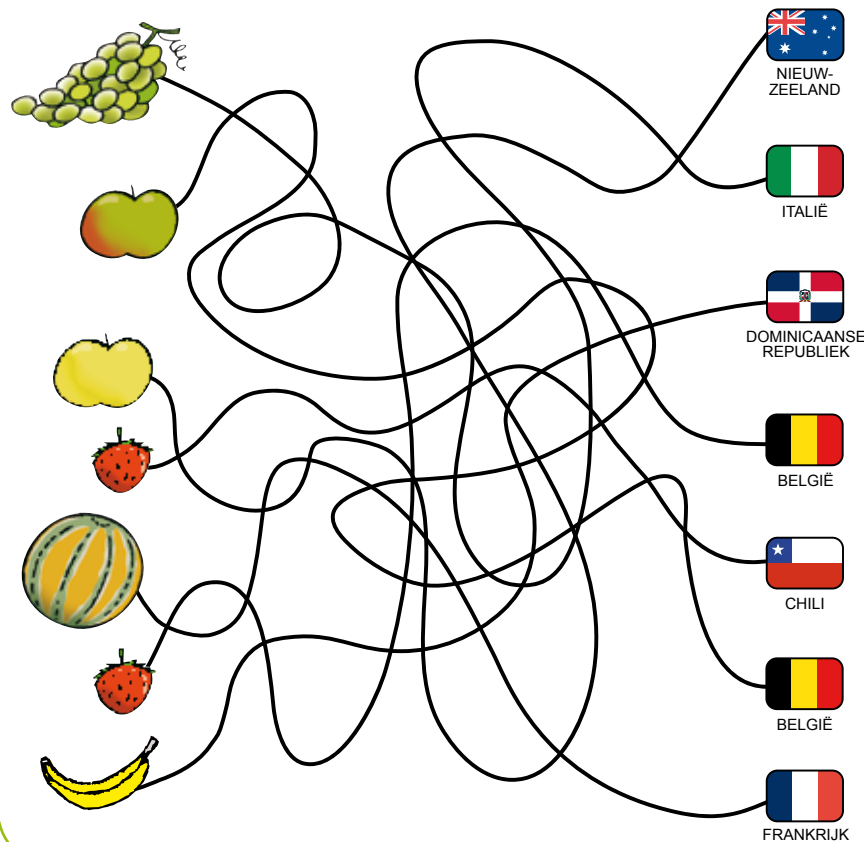
ONDERDEEL 1

► Hoe scoort jouw tussendoortje?



Onmiddellijk instappen

Probeer voor elk stuk fruit uit te vinden uit welk land het komt. Kunnen de verschillende vervoermiddelen volgens jou voor elk van deze landen van herkomst worden ingezet?



Globetrotter

Vergelijk de afstanden die een ton fruit moet afleggen om vanuit verschillende landen naar hier te worden vervoerd.

Wat is de invloed van de gekozen vervoermethode, als we weten dat het vervoer:

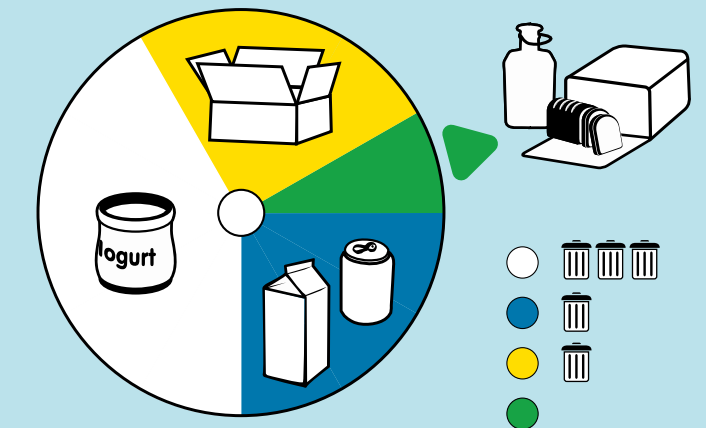
- per boot, gepaard gaat met een broeikasgasuitstoot van 15 à 30 gr CO₂/ ton km;
- per vrachtwagen, met een uitstoot van 210 à 1430 gram CO₂/ ton km;
- en per vliegtuig, met een uitstoot van 570 à 1580 gram CO₂/ ton km.

Denk je dat alle vervoermiddelen mogelijk zijn?

Wat is de beste oplossing om de uitstoot van CO₂ - en daarmee de opwarming van het klimaat - te beperken?

Hoeveel vuilnisbakken voor jouw tussendoortje?

Kijk eens goed naar je tussendoortje en leg de verpakkingen aan de kant. Deel deze vervolgens in verschillende categorieën in, met behulp van het « Rad der verpakkingen », en bereken het vuilnisbakvolume van je tussendoortje.

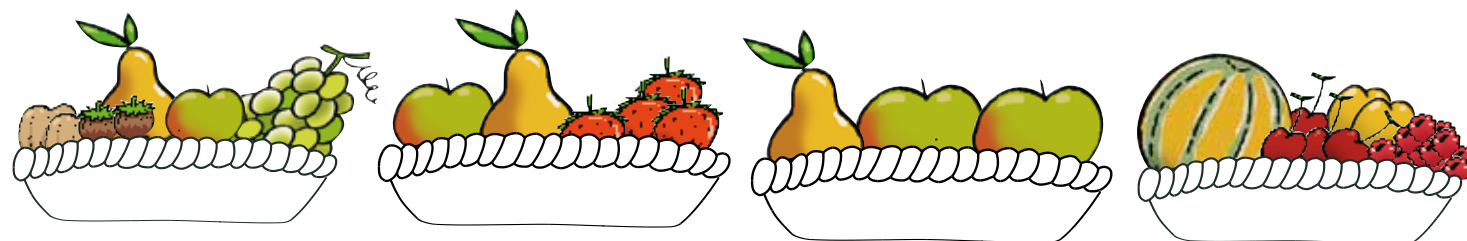


- JE SCORE IS MINDER DAN 3 Bravo! Jouw tussendoortje veroorzaakt bijna geen afval. Onze planeet is je dankbaar!
- JE SCORE LIGT TUSSEN 3 EN 5 Pas op! Je kunt het afval dat je tussendoortje met zich meebrengt vast beperken.
- JE SCOORT MEER DAN 5 Ohlala! Dat zijn wel erg veel vuilnisbakken. Stel je eens voor hoeveel dat er zijn na een week of een maand! Probeer te bedenken wat je aan je ouders zou kunnen vragen om hier geleidelijk verandering in aan te brengen.



Seizoensfruit

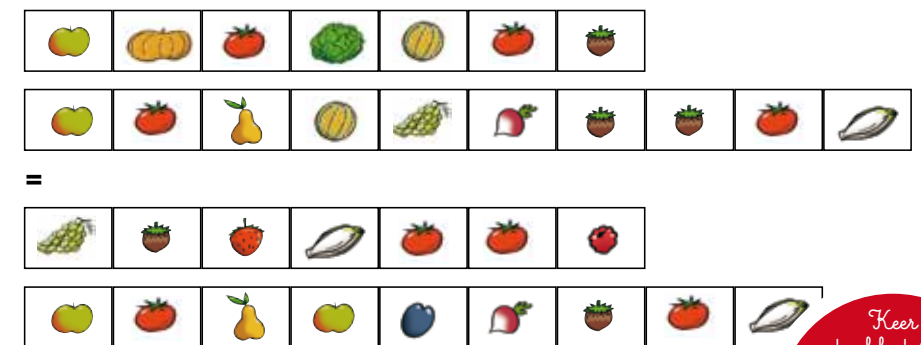
Kijk wat er in de mandjes zit en geef voor elk type fruit aan wat het bijbehorende seizoen is. Wat denk je dat het voor het klimaat uitmaakt om fruit te eten buiten het seizoen? Waarom?



En dat alles voor... een hoop afval!

Om uit te vinden wat de verborgen boodschap is, moet je elk symbool vervangen door de letter die erbij hoort.

Legende:	O =
A =	P =
D =	R =
E =	S =
I =	T =
L =	U =
N =	V =



Keer de bladzijde om en bedenk een tussendoortje dat rekening houdt met onze planeet!

Planeet Tussendoortje

ONDERDEEL 2

Tips voor een duurzaam tussendoortje!

Lekkere recepten

Groentefrietjes met platte kaas



Ingrediënten (8 pers.):

250 gr wortels, 250 gr komkommer, 250 gr radijsjes, 250 gr bloemkool – 500 gr verse platte kaas – 20 gr gemengde verse kruiden (afhankelijk van het seizoen: bieslook, dragon, peterselie...) – 30 gr mosterd – zout – peper.

Bereiding:

Snij alle groenten in staafjes, meng de verse platte kaas met de fijngehakte kruiden, de mosterd, het zout en de peper. En smullen maar!



Ideeën voor broodjes

Als je als tussendoortje een boterham eet (in een brooddoos!), kun je daar elke dag een andere lekkernij van maken: met chocopasta, jam, platte kaas, boter, honing, plakjes kaas, bruine suiker, compote, plakjes tomaat... of waarom niet met ontbijtkoek! Mmmm, heerlijk!



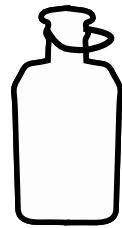
Je geheugensteuntje

Zoek de 9 woorden die in het woordraadsel hieronder zijn verborgen en schrijf ze op. Ze zullen je helpen de goede keuzes te maken voor je tussendoortje!

B	I	O	R	G	S	V	F	S	Y	W
O	N	Q	K	L	M	D	G	O	J	A
T	U	Y	F	R	U	I	T	S	C	T
E	E	R	L	I	J	K	O	O	P	E
R	E	C	Y	C	L	E	R	E	N	R
H	N	S	O	R	T	E	R	E	N	H
A	X	V	E	L	D	F	L	E	S	Z
M	Z	J	C	T	I	O	P	H	N	T
P	L	A	A	T	S	E	L	I	J	K

De juiste keuzes

Wat zijn de juiste tussendoortjes? Om dit te weten te komen, moet je eerst het verborgen woord vinden!



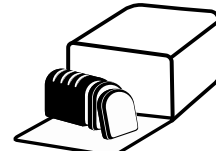
B



X



R



A



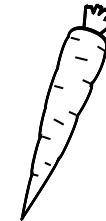
Z



V



Q



O



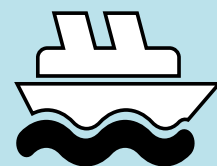
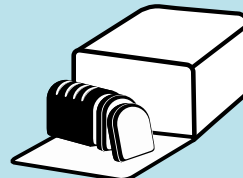
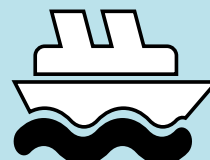
H



W

Even opruimen

Wat een bende! Bij dit tussendoortje zijn er van alles twee, behalve van de 4 dingen die een goede oplossing vormen voor jouw 10-uurtje. Welke zijn dat?



De kei van het 10-uurtje

- Aardbeien eet je:*
 - In de lente - dat is het passende seizoen!
 - Wanneer je maar wilt - op voorwaarde dat ze ergens te krijgen zijn.
 - Nooit; je wordt er helemaal roze van.
- De opwarming van de aarde:*
 - Is fijn; zo krijgen we meer zon.
 - Is gevaarlijk, maar we kunnen er niets aan doen.
 - Die kunnen we beperken door stil te staan bij wat we eten.
- Om tijdens het 10-uurtje je vruchtensap op te drinken, kun je het beste gebruik maken van:*
 - Drankkartons.
 - Plastic bekertjes.
 - Herbruikbare bekertjes.
- Voor het behoud van onze planeet, is het beter een appel te kiezen die afkomstig is:*
 - Uit Vlaanderen.
 - Uit Frankrijk.
 - Uit Chili.
- Door te lezen wat er op de etiketten van fruit staat, kun je uitvinden:*
 - Hoe groot het veld is waar het fruit vandaan komt.
 - In welk land het fruit is gekweekt.
 - Hoeveel het fruit weegt.