

## VERSPILLINGSVRIJE WEEK 2021: WAT IS ER TE DOEN?

Hoe verspil je minder voedsel tijdens het kopen, koken en bewaren van eten en drinken?

Tijdens de Verspillingsvrije Week helpen wij Nederland minder voedsel te verspillen. Dit doen we samen met onze partners door middel van het verspreiden van handige tips en tricks, maar ook door het uitdelen van leuke kookgadgets en het organiseren van inspirerende workshops en events.

Hieronder vind je een selectie van in het oog springende activiteiten. Of bekijk onze [partnerpagina](#) voor meer informatie. Kijk snel wat jou aanspreekt. Voor ieder is er wat wils!

### VOOR WIE HET VERSCHIL WIL (LEREN) MAKEN:

Meld je [hier](#) aan voor de Verspillingsvrije Week. Je ontvangt dan 7 dagen lang iedere ochtend een inspirerende nieuwsbrief in je inbox. Tjokvol verspillingsvrij goud. Iedere dag leer je meer over een ander product. Van bewaartips tot klikjesrecepten!

Zelf een verspillingsvrije held worden? Download [deze](#) super handige Verspillingsvrije Coach van Milieu Centraal.

Aan de slag met een eigen moestuin? Bij Kromkommer helpen ze je graag op weg. Vraag [hier](#) gratis wortelzadjes aan!

Ben jij al lekker op weg met verspillingsvrij kopen, koken en bewaren? Doe dan mee met de prijsvraag van Nationaal Actieplan Groente en Fruit.

### EROPUIT?

Nederland kent vele verspillingsvrije helden van wie je de kunst kunt afkijken. Samen Tegen Voedselverspilling presenteert een foto expositie over Verspillingsvrije Helden. Van consument tot ondernemer. Bezoek de [expositiewebsite](#), bekijk ieders verspillingsvrije verhaal en kom de expositie live bewonderen op de Noordkade in Veghel. De live expositie loopt van 7 september tot en met 4 oktober 2021.

In Amsterdam kan je fietsend op [food safari](#) met SFYN of [verspillingsvrij dineren](#) bij Instock.

Zin in inspiratie en lekker verspillingsvrij eten? Regio Foodvalley, de nationale proeftuin tegen voedselverspilling, organiseert leuke activiteiten in de regio Barneveld, Ede, Nijkerk, Rhenen, Renswoude, Scherpenzeel, Veenendaal en Wageningen. Wil je weten wanneer je waar moet zijn? Bekijk [hier](#) hun complete programma.

In gemeente Den Haag kan je zelf aan de slag. In de gemeente Lelystad is [van alles](#) te doen. Ook gemeente Ridderkerk en Barendrecht organiseren een aantal kleine verspillingsvrije activiteiten. Check [hier](#) wat daar te doen is.

Tot slot, kom gezellig eten bij [Buurtbuik](#). Of check via Zero Waste Nederland een [food sharing initiatief](#) bij jou in de buurt.



## VOOR ALLE THUISKOKS EN BOODSCHAPPERS DEZE WEEK:

Op meer dan 3 miljoen broden zit tijdens de Verspillingsvrije Week een sticker met de oproep om zo min mogelijk brood weg te gooien. Doe je mee? Als iedere Nederlander al die lekkere broden van kap tot kap opeet, redden we wel 60 miljoen boterhammen per week van de afvalbak.

Kijk goed rond je in eigen vertrouwde supermarkt. Veel supermarkten verspreiden verspillingvrije recepten en tips in de fysieke winkels, in magazines, op de websites of op de eigen social mediakanalen. Kijk maar eens bij [Albert Heijn](#), [Aldi](#), COOP, [Jumbo](#), Spar University, [supermarkten](#) met het SSK-keurmerk.

Ook kun je je laten inspireren door bakkers, slaggers en de groenteboer. Of leer meer van [Consumentenbond](#), [Hello Fresh](#), [Hellmann's](#), [Tefal](#), [Too Good To Go](#) en [Verspillingsfabriek](#).

## OP ZOEK NAAR VERSPILLINGSVRIJE KEUKENGADGETS VAN HET VOEDINGSCENTRUM?

- Spar biedt op deze 5 universiteitslocaties de populaire Eetmaatjes aan: SPAR university VU, SPAR university HvA, SPAR university TUD, SPAR university EUR en SPAR university RU.
- [Supermarkten](#) met het SSK-keurmerk verspreiden de bekende Vriezerstickers.
- De gemeente Wageningen geeft de welbekende Koelkaststickers weg in de eigen huis-aan-huis krant.
- Circulus Berkel, gemeente Voorst en Apeldoorn pakken het goed aan. Zij verspreiden verschillende tools van het Voedingscentrum op de weekmarkt van 3 en 6 september, voorafgaand aan de Verspillingsvrije Week.
- Curver deelt Eetmaatjes en handige bewaarbakjes uit aan Voedselbank Breda en Tilburg.

## OP ZOEK NAAR EVENEMENTEN VOOR SCHOLIEREN?

Zo'n 650 basisscholen gaan aan de slag met Smaaklessen. Met behulp van de Smaakmissie en een speciale uitgave van de Donald Duck over voedselverspilling. Hiermee maken leerlingen spelenderwijs kennis met het thema. Zo krijgen ze waardering voor voedsel en voor degenen die het voedsel produceren.

Ben je docent en geïnteresseerd? Klik [hier](#) om dit starterspakket aan te vragen voor groep 7/8 van jouw basisschool.

## OP ZOEK NAAR EVENEMENTEN VOOR STUDENTEN?

Op 7 september starten *challenges* tegen voedselverspilling op zowel het MBO als het HBO.

Ben je docent en geïnteresseerd? Klik [hier](#) voor meer informatie over de MBO-*challenge* en [hier](#) voor meer informatie over de HBO-*challenge*.





## ACTIVITEITENPROGRAMMA

Wil je graag per dag weten welke evenementen je tijdens de Verspillingsvrije Week 2021 kunt bezoeken? Bekijk een selectie hiervan in het activiteitenprogramma hieronder. Waar komen we jou tegen?

### Dinsdag 7 september

#### Opening van de expositie 'Verspillingsvrije Helden', Veghel

Samen Tegen Voedselverspilling opent haar foto expositie bij Cultuur Haven Veghel op de Noordkade in Veghel. Hierna te bezoeken tot en met 4 oktober 2021.

#### Verspillingsvrije soep en meer, Lelystad

De Gemeente Lelystad staat van 9.00 tot 12:30 op de markt bij het Lelycenter met soep van geredde groenten, tips, trucks en tools. Bewonder ook de interactieve receptentafel!

#### Aan de slag met oud brood op stadboerderij Schildershoeve, Den Haag

Gemeente Den Haag organiseert van 14.00-16.00 bij de stadsboerderij Schildershoeve aan het Tenierplansen in Den Haag een activiteit met oud brood.

### Woensdag 8 september

#### Zuivel-Uitknijp wedstrijd, Den Haag

Zuivelpak organiseert een zuivel-uitknijpwedstrijd op de Groenteweg in Den Haag.

#### Stadsactiviteiten Den Haag

In de gemeente Den Haag, bij de Wissel op de Groenteweg, vinden van 14.00-16.30 verspillingvrije activiteiten plaats, waaronder pizza's maken met oud brood en pastasaus bereiden van echte tomaten.

#### Verspillingsvrije marktkraam, gemeente Scherpenzeel

De gemeente Scherpenzeel staat van 08.00 - 13.00 op de markt bij Marktstraat/Plein 1940. Hier kun je de bekende Koelkaststickers, Vriezerstickers en Eetmaatjes van het Voedingscentrum meenemen.

### Donderdag 9 september

#### Live kooksessie Voedingscentrum

Het Voedingscentrum verzorgt een live kooksessie van [dit lekkere recept](#) op Instagram. Schuif om 19uur gezellig [hier](#) online aan en leer creatief koken met oud brood.

#### Take-Away Diner, Wageningen

[Food Sharing Wageningen](#) organiseert een verspillingvrij event. Van 18.00 - 21.00 kun je een gratis take-away diner afhalen bij Thuis, Stationsstraat 32.



## Vrijdag 10 september

### Kom in actie op stadboerderij Op den Dijk, Den Haag

Gemeente Den Haag organiseert van 12.00-15.30 bij de stadsboerderij Op den Dijk aan de Bovendijk in Den Haag een activiteitenmiddag met historisch koken, smoothie fietsen en ijsjes proeven van gered fruit.

### Verspillingsvrij Diner van Instock, Amsterdam

Restaurant Instock organiseert een Verspillingsvrij Diner: een heerlijk 3-gangen verrassingsmenu. Het is bereid door de nieuwe generatie circulaire chefs. Na afloop ontvang je een *mystery rescue bag* van InstockMarket.nl. Zo kun je thuis ook een keer koken met geredde ingrediënten. Klik [hier](#) en reserveer snel een tafeltje.

### Red groente en fruit in Ridderkerk

Vanaf 11:00 staat er in de Jumbo, Ridderhof 72, een mooie kraam vanuit de gemeente. Kom gezellig langs om lekker bananenbrood en smoothies te proeven! Check [hier](#) meer info.

## Zaterdag 11 september

### Gaan met die banaan bij op stadboerderij Molenweide, Den Haag

Gemeente Den Haag organiseert van 12.00-15.30 bij de stadsboerderij Molenweide aan de Stuwstraat in Den Haag een activiteitenmiddag met tosti's maken, smoothie fietsen en ijsjes proeven van gered fruit.

### Verspillingsvrije soep en meer, Lelystad

De Gemeente Lelystad staat van 11.00 tot 16:00 op de markt bij het Agorahof met soep van geredde groenten, tips, trucks en tools. Bewonder ook de interactieve receptentafel!

### Food Safari Northern Delights, Amsterdam

Slow Food Youth Network Amsterdam organiseert een fietsroute in Amsterdam Noord. De tocht voert je langs duurzame en circulaire ondernemers, waarbij de aandacht uitgaat naar anti-voedselverspillingsinitiatieven. Ook leuk: bij elke tussenstop kun je lokale delicatessen en specialiteiten proeven! Kijk [hier](#) voor meer informatie.

## Maandag 13 september:

### Verspillingsvrij Diner, Utrecht

Innovatief adviesbureau Jonge Honden, de Buurtwerkkamer en restaurant Venster organiseren een Verspillingsvrij Diner. Dit in het kader van het tweedaagse buurt-evenement 'Kom je eten. Uit de koelkast van je buur'. Prik maandagavond een verspillingsvrij vorkje mee bij restaurant Venster op Berlijn Plein in Utrecht. Check [hier](#) de details.

