

Fairtrade koffie zoekt lokale melk om te branden *van verlangen* -----



Fairtrade, bio en lokaal:
een lekkere match.
Maak de duurzame klik.



Connect what's good

Fairtrade, bio en lokaal, het perfecte trio

Maak de duurzame klik

Dagelijks duurzame voeding op je bord, gezond voor de mens en geteeld met respect voor het milieu? Steeds meer mensen willen dat.

Maar ondanks onze goede bedoelingen krijgen we het moeilijk wanneer we een winkel binnenkomen. Je kent het wel: de rekken puilen uit van de keuzes. In een doorsnee Belgische supermarkt staren meer dan 10.000 voedingsproducten je aan! Zeker als ouder die de beste keuzes wil maken voor je gezin - gezond, lekker, verantwoord eten dat ook nog betaalbaar is - ligt je taak niet voor de hand: hoe vind je je weg in die eindeloze mogelijkheden?

Wat bepaalt eigenlijk of voeding duurzaam is? Wat kan ik doen om tegelijkertijd op de planeet en mijn gezondheid te zorgen? Hoe kan ik kiezen tussen biologisch, lokaal of Fairtrade? Wat garanderen al die

labels mij? Is het een optie om alleen nog maar bio te eten? Hoe zit het met lokaal geproduceerde voeding? Moeten we koffie, cacao en bananen aan de kant laten staan, willen we onze ecologische voetafdruk verkleinen? En als ik beslis alleen seizoensgebonden groenten en fruit te eten, hoe ga ik dan om met gewassen die hier niet groeien (of waarvan er niet genoeg is om aan de vraag te voldoen)? Moet ik rijst, koffie, cacao, bananen, ananas, thee, specerijen ... van mijn menu schrappen?

In deze brochure lichten we toe hoe het 'perfecte trio' - Fairtrade, biologisch en lokaal - jou op weg zet naar duurzame voeding. En hoe het komaf maakt met jouw kopzorgen en keuzestress.

Samen kiezen voor duurzaam

De bewegingen voor lokale, biologische en Fairtrade-voeding delen, als het er op aan komt, één visie en aanpak: ze verbinden consumenten en producenten die zich inzetten voor een duurzaam voedselsysteem. Deze bewegingen delen ook veel van hun concrete streefdoelen:

- opwaardering van de duurzame, familiale landbouw, want ze voedt 70% van de planeet
- maximale transparantie, zodat we weten wie ons voedsel produceert en hoe het op ons bord terechtkomt
- korte keten: rechtstreeks, of zo rechtstreeks mogelijk, kopen van de producent
- eerlijkheid: ervoor zorgen dat de producent een groter deel krijgt van wat de consument betaalt

Om als consument zo veel mogelijk impact te hebben voor je omgeving en de wereld, doe je er goed aan een lokale boer te steunen. Produceert die bio, des te beter. Wanneer lokale landbouw geen optie is, denk dan aan Fairtrade.

De meeste Fairtrade gecertificeerde producten, zoals koffie, thee, cacao en bananen, kunnen niet in België of een buurland geproduceerd worden. Lokale alternatieven zijn er dus niet. Het komt ook voor dat de producenten van hier niet genoeg kunnen produceren om aan de vraag te voldoen. Zo gaat het bijvoorbeeld bij honing.

Denk dus aan dit 'perfecte trio' als je de volgende keer boodschappen doet. Dan maak je vanzelf de keuzes die goed zijn voor jou en de planeet.



Wat is duurzame voeding?

Duurzame voeding is 'voeding die voorziet in de huidige voedselbehoeften van de wereld zonder de voedselvoorziening voor toekomstige generaties in gevaar te brengen. Met andere woorden, voeding is duurzaam als ze van productie tot consumptie ecologisch, economisch en sociaal verantwoord is.'¹

¹ Definitie van de Federale Raad voor Duurzame Ontwikkeling (FRDO)

Kies voor producten uit eerlijke handel

Bescherm de planeet, zorg voor de vrouwen en mannen die ze bewerken.

Wanneer een producent niet waardig kan leven van zijn of haar werk, kan je niet spreken van duurzaam. Slechte leefomstandigheden en (extreme) armoede liggen vaak aan de basis van vervuilende en milieuverwoestende landbouwpraktijken zoals ontbossing, watervervuiling en bodemuitputting.

Wanneer een producent moeite heeft om elke dag een maaltijd op tafel te zetten, is het een illusie te hopen dat die op een dag kan investeren in duurzamere productie. In zulke omstandigheden ligt de prioriteit elders. Of, zoals ze in Ivoorkust zeggen: 'de hongerige maag heeft geen oren'.

Om over te schakelen op duurzame landbouwtechnieken, hebben boeren vorming nodig en moeten ze kunnen investeren in materiaal, zaden en de juiste installaties (zoals waterzuiveringsstations of wateropvangbekkens).

We moeten de producenten in de frontlinie ondersteunen, willen we duurzame landbouwpraktijken een kans geven. Daarom heeft Fairtrade - samen met de

producenten die mede-eigenaar zijn van de organisatie - een label ontwikkeld dat duidelijke en ambitieuze standaarden en criteria vooropstelt op het sociale, ecologische, economische en organisatorische vlak. Met als ultieme doel: alle producenten de kans geven een waardig bestaan op te bouwen, en tegelijkertijd de aarde die ons voedt beschermen. Om hun producten als Fairtrade producten te kunnen verkopen, moeten boeren o.a. bossen beschermen, minder schadelijke stoffen uitstoten en minder energie, water en pesticiden en meststoffen verbruiken.

Binnen het Fairtrade systeem ondersteunen producentennetwerken de coöperaties met allerlei opleidingen over een zo duurzaam mogelijke productie (via thema's als productiviteit, klimaat, gender, waterbeheer enz.).

Meer transparantie, meer samenwerking, meer sociale rechten, meer kwaliteit, meer respect voor mensen, producten en het milieu. Dit alles zet een positieve spiraal in gang: kwaliteit, expertise en ondernemerschap gaan hand in hand met het welzijn van de mensheid en de planeet.

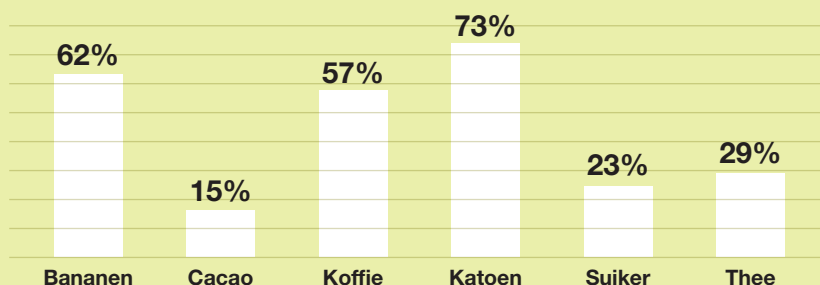


Onthou dit over Fairtrade:

- Een product is niet duurzaam als de producent en zijn familie er niet waardig van kunnen leven.
- Fairtrade is een systeem dat producenten en werknemers in Azië, Afrika en Zuid-Amerika verbindt met consumenten en bedrijven over de hele wereld, om de wereldhandel op een positieve manier te veranderen.
- Drie netwerken van Fairtrade producenten zijn mede-eigenaar van het systeem. Ze vertegenwoordigen samen meer dan 1,6 miljoen producenten en werknemers.
- Fairtrade vereist dat boeren zich organiseren in groepen of coöperaties. Die ondersteunen hun leden en bieden hen zakelijke mogelijkheden. Bovendien bouwen deze coöperatieve structuren aan een stevig sociaal weefsel en verbeteren ze de voorzieningen voor de hele gemeenschap.
- Producten die het label dragen, voldoen aan strenge sociale, ecologische, economische en organisatorische standaarden. De onafhankelijke organisatie FloCERT controleert dat.
- Fairtrade verzekert een gegarandeerde minimumprijs voor producenten. Zelfs wanneer de prijzen op de wereldmarkt lager liggen, krijgen de boeren nooit minder dan de Fairtrade prijs.
- Producentencoöperaties krijgen een Fairtrade premie: een bedrag bovenop de aankoop prijs dat ze in de gemeenschap of de coöperatie kunnen investeren.
- Fairtrade biedt producenten opleidingen die hun kennis over milieuvriendelijke landbouw versterkt en het toepassen ervan bevordert.

Fairtrade Bio

Aantal Fairtrade boeren die ook bio produceren



Fairtrade moedigt producenten aan om te kiezen voor een biologische productie. Zo ligt de Fairtrade minimumprijs hoger als de producent ook biogecertificeerd is. Hierdoor heeft meer dan de helft van de Fairtrade katoen-, bananen- en koffieproducenten beide certificaten. In België is 70% procent van de Fairtrade gecertificeerde producten ook biologisch gecertificeerd.



Leg bio in je winkelkar

Onze planeet geeft leven. Haar beschermen is onszelf beschermen.

Je kent vast het biolabel met het groene blaadje. Natuurlijk is dat niet het enige label dat milieuvriendelijke productiemethoden garandeert. Er bestaan verschillende labels voor biologische en ecologische producten¹. Over het algemeen verbiedt een biolabel elk gebruik van kunstmatige (chemische) meststoffen, chemische (of synthetische) pesticiden of genetisch gemodificeerde organismen. Sommige biolabels, zoals het EU-label (met het groene blaadje), bekommeren zich ook om het welzijn van de dieren. In die gevallen moedigen de regels de boeren aan om rekening te houden met de noden van de dieren.²

Biologische landbouw produceert voedsel met uitsluitend natuurlijke grondstoffen en processen. Dat resulteert over het algemeen in een beperkte milieu-impact. Biolandbouw stimuleert:

- verantwoord gebruik van energie en natuurlijke hulpbronnen
- het behoud van de biodiversiteit
- de bescherming van het regionale ecologische evenwicht
- een vruchtbaardere bodem
- het behoud van de waterkwaliteit

En het sociale aspect van het bioverhaal?

Hoewel de producent over het algemeen een hogere prijs krijgt voor biologische producten, heeft het EU-biolabel op zich geen sociale doelstellingen. In tegenstelling tot Fairtrade houdt het geen rekening met de werkomstandigheden en de verloning van de boer.

Het Biogarantie Label integreert dan weer het lokale aspect, door te eisen dat het hoofdingrediënt van een product in België wordt geproduceerd. Bovendien is het een van de weinige biologische labels die zich uitspreken over de prijs die de boer krijgt: 'De vergoeding voor de boer is gebaseerd op de productiekosten en impliceert een correct salaris en investeringsmogelijkheden. Biogarantie vzw engageert zich om een prijsberekenningsmodel te ontwikkelen voor elke sector...'³

1 Zie bijvoorbeeld de website infolabel.be

2 www.ec.europa.eu

3 <https://biogarantie.be>



Kies voor lokale, doordachte landbouw

Steun de lokale economie, geniet van de smaken van bij ons.

Al gehoord van #supportyourlocals? Lokaal kopen betekent ook de lokale economie ondersteunen. Je stimuleert de economie waaraan je zelf deelneemt, als burger en consument. Bovendien: met smaken van hier, op onze bodem geteeld, maak je je smaakpapillen vaak eens zo blij. Sommige producenten kunnen zich geen biologische certificering veroorloven. Daar zijn vele verklaringen voor: hun bedrijf is te klein, te jong ... Maar dat hoeft niet meteen te betekenen dat zo'n producent produceert op een manier waar jij het liefst ver vanaf blijft. Velen doen aan doordachte landbouw: ze werken met respect voor de natuur en de dieren, binnen de grenzen van hun eigen mogelijkheden. Ga eens op bezoek bij deze boeren, je ontdekt vlak bij huis lekkernijen die je nooit had verwacht!

Door te kiezen voor korte keten of rechtstreekse aankoop sta je direct in verbinding met de producent. Zo kan de boer zelf zijn prijs, productiemethode en aanvoer bepalen. Met zo'n transparant systeem wordt hij een echte ambas-

sadeur voor zijn product. En jij krijgt als consument verse, hoogwaardige producten rechtstreeks van de boer. Je hebt nauwelijks kilometers afgelegd, je vermijdt een berg verpakkingsafval en je ondersteunt de plaatselijke economie. Dus: als je verse producten kan kopen, die dicht bij huis geteeld zijn met respect voor de natuur, aarzel dan niet!

Sommige labels, zoals Biogarantie, combineren lokale en biologische landbouw. Voor groenten en fruit staat 'lokaal' bovendien gelijk aan seizoensgebonden eten. Zo zijn Belgische aardbeien in december vervuilend, omdat ze dan in verwarmde serres groeien. Vervuilen der zelfs dan aardbeien uit een verder gelegen streek waar ze wel in het seizoen zijn. Anderzijds is het in de eerste plaats al niet ecologisch om producten van veraf te kiezen als je ze ook dicht bij huis kunt vinden. Kijk dus altijd na hoe een product tot stand komt. De productiemethode heeft vaak een grotere ecologische voetafdruk dan het transport.

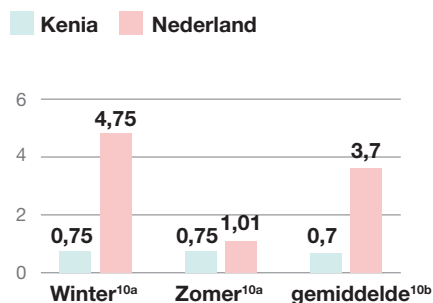
Alles wat van ver komt vermijden, is dat de juiste aanpak?

Over de hele wereld maken mensen zich steeds meer zorgen over de klimaatverandering: 8 op de 10 beschouwen die als een grote bedreiging voor hun land. Het bewustzijn over de enorme impact van onze voedingskeuzes op onze ecologische voetafdruk groeit helemaal terecht. Maar wat kan jij doen om de voetafdruk van jouw ontbijt, lunch en diner echt in te perken?

‘Eet lokaal’ is een vaak gehoorde suggestie. Maar hoewel het intuïtief steek lijkt te houden - transport veroorzaakt inderdaad uitstoot - is dit niet altijd een goed advies. Lokaal eten zou een significante impact hebben als het transport verantwoordelijk was voor een groot deel van de CO₂-voetafdruk van voeding. Dat is het niet: bij de meeste voedingsmiddelen veroorzaakt het transport minder dan 10% van de totale CO₂-uitstoot.

Zelfs bij transport over lange afstand stijgt de milieu-impact van ingevoerde producten niet noemenswaardig, in tegenstelling tot wat vaak wordt gedacht.

Een voorbeeld: Fairtrade rozen uit Kenia hebben een kleinere ecologische voetafdruk dan Nederlandse rozen, hoewel ze met het vliegtuig komen. Hoe dat kan? Dankzij de hoge Oost-Afrikaanse temperaturen is energievretende verwarming overbodig in de Keniaanse rozenkassen¹.



1 Katajajuuri, Pulkkinen en Hartikainen / Luke, 2018. Studie naar de milieu-effecten van voeding.

Voeding : uitstoot van broeikasgassen in de conventionele (niet-biologische) toeleveringsketen



Verandering in landgebruik

Bovengrondse veranderingen in biomassa door ontbossing en ondergrondse veranderingen in bodemkoolstof



Boerderij

Methaanuitstoot van koeien, methaan uit rijst, emissies van meststoffen, mest en landbouwmachines



Dierenvoeding

Uitstoot op het landbouwbedrijf door de productie van gewassen en de verwerking ervan tot veevoer



Verwerking

Uitstoot door energieverbruik bij de verwerking van ruwe landbouwproducten tot afgewerkte voedingsproducten



Transport

Uitstoot door energieverbruik bij het vervoer van levensmiddelen in binnen- en buitenland



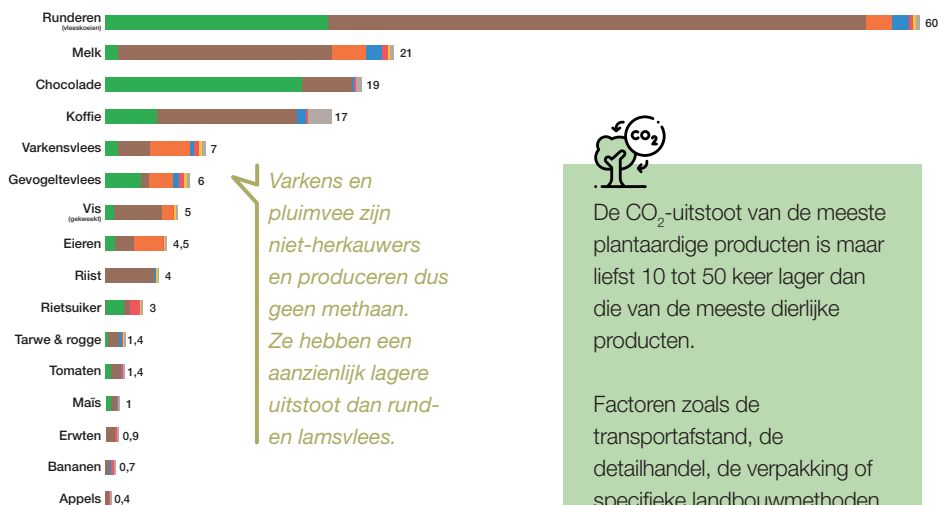
Detailhandel

Uitstoot door energieverbruik voor koeling en andere processen in de retail



Verpakking

Uitstoot door de productie van verpakkingsmateriaal, materiaaltransport en afvalverwerking



De CO₂-uitstoot van de meeste plantaardige producten is maar liefst 10 tot 50 keer lager dan die van de meeste dierlijke producten.

Factoren zoals de transportafstand, de detailhandel, de verpakking of specifieke landbouwmethoden spelen vaak een kleine rol in vergelijking met het belang van het soort voeding.

Methaanuitstoot per kilogram voeding

(kg CO₂ equivalent per kg voeding)

<https://ourworldindata.org/food-choice-vs-eating-local>

Producten die van ver komen (of een deel ervan) van je menu schrappen, heeft maar een heel licht effect op het milieu. Terwijl het de variatie in je voedingspatroon wél serieus beïnvloedt. En dan hebben we het nog niet over de smaak (denk aan specerijen zoals peper, kaneel ...).

In de tabel hierboven zie je voor een reeks producten de belangrijkste stappen in de productieketen met hun aandeel in de totale CO₂-uitstoot. Wil je jouw ecologische voetafdruk verminderen?

Let dan vooral op wat je eet en hoe het tot stand komt, niet alleen op het land van herkomst. Maak dus een geïnformeerde keuze! Je kan perfect gevarieerd eten zonder de zorg voor de aarde en de mens uit het oog te verliezen.

Ook zonder een ware revolutie in je eetgewoonten kan je duurzamer gaan eten: denk bij het winkelen aan het 'perfecte trio' en je hoeft jezelf geen enkel plezierje te onzeggen!

Deze labels helpen je op weg

Deze labels komen voor op de Belgische markt en garanderen een minimumprijs en een Fairtrade premie. Alle vier hanteren ze de principes uit het Internationaal Fair Trade Charter.



De belangrijkste biolabels op de Belgische markt:



Enkele voorbeelden van lokale en korteketen-initiatieven in Vlaanderen:



Enkele voorbeelden van lokale en korteketen-initiatieven in Wallonië:



De app om voedselverspilling tegen te gaan:



Too Good To Go

Lokaal, bio, Fairtrade:

duurzame én doordachte voeding

Maak het jezelf niet te moeilijk: kiezen is niet altijd verliezen. Om duurzaam te consumeren kan je je laten leiden door enkele labels en, vooral, door je gezond verstand. Fairtrade, bio en lokale voeding zetten allemaal gezonde voeding met respect voor de aarde en de mens centraal.

De drie benaderingen vullen elkaar aan. Vandaag vind je in de winkel veel bio, lokaal, Fairtrade, Fairtrade en bio ... en zelfs lokale Fairtrade producten! Meer dan genoeg om elke maaltijd op te vrolijken en tegelijkertijd te zorgen voor jouw gezondheid, die van de producenten en die van de aarde die ons voedt.

Volg ons op:



Fairtradebelgium.be



Connect what's good