

LENTE 2024

Het Schoonste Magazine van 't land



Red de restjes!

XAVIER TAVEIRNE GEEFT EEN INKIJK IN ZIJN KEUKEN

LIMBURG.NET
DA'S PROPER GEDAAN

HOE KRIJGEN WE SAMEN LIMBURG & DIEST NOG SCHONER? NU EN IN DE TOEKOMST.



"Slimme keuzes in de keuken maken het verschil."

Xavier Taveirne	4
Afvalvrij Mei	6
Slim sorteren	11
Slimmesorteerpunten	13
Kortjes	14
Hoffelijkheidscampagne	15
Straat.net	16
Recyclage van kunststoffen	18



Op de Schoonste Site van 't land ontdekt u nog meer tips en nieuws over Limburg.net.

T 0800 90 720
 E info@limburg.net
www.limburg.net
jobs.limburg.net
 f @ in

Realisatie: Bridgeneers en Connect
 VU: Limburg.net, Herkenrodesingel 14, 3500 Hasselt

Afvalvrij en budgetslim

De campagne Afvalvrij Mei focust dit jaar op keukenafval en hoe we dat kunnen vermijden of verminderen. Voedselresten belanden nog te vaak bij het huisvuil. Zo gaan nuttige grondstoffen naar de verbrandingsoven en kunnen we ze niet recycleren. En het kost u ook nog eens handenvol geld! Gemiddeld gooit een Vlaams gezin per jaar 369 euro aan voedsel weg. Dat kan anders.

Dit magazine zit boordevol tips die niet alleen goed zijn om de afvalberg te verkleinen, maar ook voor uw portefeuille. Door slim te kopen, slim te koken en slim te bewaren, kan u flink wat geld besparen. Benieuwd hoe? Lees vooral verder!





Minder weggooien, meer genieten

In de keuken van Xavier Taveirne

Als presentator van het Radio2-programma WinWin gaat Xavier Taveirne elke dag aan de slag met vragen van consumenten. Met een team van experts gaat hij op zoek naar manieren om ons leven beter en betaalbaar te maken. Voedsel weggooien is een no-go. Maar hoe pakt hij dat zelf aan?



“Niks weggooien, alles opeten, zo ben ik opgevoed.”

nog goed proeft, lepelt hij met plezier dat vervallen potje yoghurt op. Soms koop ik wel producten die bijna gaan vervallen en voor een lagere prijs aangeboden worden. Maar alleen als ik zeker weet dat we het voor de vervaldatum kunnen opgebruiken. Zo bespaar ik geld en gaan we de strijd aan tegen voedselverspilling. Win-win.”

Laat je je gemakkelijk leiden door promoties in de supermarkt?

“Mijn hart maakt een sprongtje als ik twee bakjes blauwe bessen kan kopen voor de prijs van één. En soms zou ik misschien wel vaker nee moeten zeggen. Ken je dat: drie pakken Choco Crunchy in huis met één koek uit? Blijkt dat ze dan toch niet zo lekker zijn als de reclame ons wil doen geloven.” (lacht)

Wat doe je daar dan mee?

“Trakteren op de VRT! Succes gegarandeerd.”

Ideaal om voedselverspilling tegen te gaan! Nog andere tips?

“Er is veel ‘foodshaming’ tegenwoordig en dat bezorgt mensen stress. Als je één stuk vlees per week eet, ben je een planeetterrorist. Frieten eten, is een ‘cheat date’. Mensen kopen açai-bessen of havermout omdat ze dat op TikTok hebben gezien. Ze geloven dat dit goed is voor een lang en gezond leven, maar hebben geen idee hoe ze het moeten klaarmaken of combineren. Of ze vinden het niet lekker. Dus blijft het in de kast staan tot ze het moeten weggooien. Mijn tip: laten we gezond en bewust eten, maar koop vooral wat je lekker vindt en geniet ervan zonder schuldgevoel.”



Ga naar magazine.limburg.net/interview en leer hoe Xavier Taveirne keukenafval vermijdt.

Dag Xavier, vind je van jezelf dat je veel voedsel weggooit?

“Nee, want daar kan ik niet goed tegen. Ik ben opgegroeid in een restaurantfamilie. Mijn ouders beschouwden eten weggooien als de grootste zonde. Ze leerden me bijvoorbeeld niet te veel eten op mijn bord te scheppen zodat ik alles zou opeten. Respect voor voeding heb ik echt met de paplepel meegekregen.”

Hoe organiseer je je om weinig voedsel weg te gooien?

“Vooruitplannen wat eten betreft of een weekmenu opstellen, heb ik altijd lastig gevonden. Ik ging dus heel vaak naar de supermarkt. Maar een spontane boodschap voor één maaltijd pakt vaak duurder uit. Zonder boodschappenlijstje ben je ook geneigd om meer te kopen dan je nodig hebt. Nu bestellen we maaltijdboxen. Zo hebben we altijd verse ingrediënten in huis in de juiste hoeveelheid en verspillen we niets.”

Wat doe je met restjes?

“Mijn man Bas en ik zijn afwisselend de kok in huis. Ik geef toe: restjes omtoveren tot een nieuwe maaltijd, daar ben ik geen held in. Behalve bij soep. Overschotjes invriezen, doen we ook. Ik label alles wat in de vriezer gaat met data om verwarring te voorkomen. Ik heb veel schrik om iets te eten wat vervallen is, want daar had ik ooit een heel nare ervaring mee.”

Let je dan ook altijd op de houdbaarheidsdatum als je gaat winkelen?

“Absoluut. Ik zal zelf nooit voeding eten waarvan de ‘ten minste houdbaar tot’-datum al verstreken is. Terwijl je die producten in veel gevallen wel nog kunt opeten. Bas vertrouwt in dat geval op zijn zintuigen: als het nog goed ruikt, er nog goed uitziet en



Verspil geen hap uit uw budget. **Red de restjes!**

Dit jaar staat de campagne Afvalvrij Mei in het teken van voedselverspilling. We dagen u uit om slimmer te kopen, koken en bewaren, niet alleen om de afvalberg te verkleinen, maar ook om geld te besparen. Doe mee en ontdek hoe kleine veranderingen in uw dagelijkse routine grote verschillen kunnen maken voor zowel het milieu als uw budget.

**AFVALVRIJ
MEI 2024**

LIMBURG.NET
DA'S PROPER GEDAAN

Kook met restjes

Verloren brood kent iedereen. Maar broodwafels? Met dit eenvoudig recept tovert u oud brood in geen tijd om tot een heerlijke snack.



Heerlijke broodwafels

- 1 Smeer het wafelijzer in met een beetje olie en laat het opwarmen.
- 2 Neem twee sneden oud brood. Smeer een boterham met confituur, bruine suiker of amandelpoeder.
- 3 Smeer de buitenkant van de boterham in met een laagje boter.
- 4 Bak de boterham in het wafelijzer tot hij mooi goudbruin is.
- 5 Serveer uw broodwafel met wat fruit, honing of yoghurt. Smakelijk!



Gebruikt u de Plan-eet app al?

Met deze app boordevol tips, recepten en inspiratie hoeft u nooit meer eten weg te gooien.



Download de Plan-eet app op vlando.be/plan-eet en ga aan de slag!

**30%
WEGGEGOOID**



Koop slim, betaal minder

Elk gangpad in de supermarkt zit vol verleidingen. Vaak kopen we teveel of dingen die we niet nodig hebben of niet opeten. Maar we betalen ze wel! Geld verloren en ook nog eens voedsel verspild. Dankzij deze tips trekt u beter gewapend naar de winkel.

TIP 1

Plan maaltijden

Door vooruit te denken en maaltijden te plannen, bespaart u een hoop tijd, stress en geld. Maak een weekplanning en schrijf op welke ingrediënten u voor elk gerecht nodig hebt.

TIP 3

Check de houdbaarheidsdatum

Op elk product staat een houdbaarheidsdatum. Staat er **'te gebruiken tot'**? Consumeer het product dan best voor die datum. Staat er **'tenminste houdbaar tot'**? Dan kunt u het product ook na die datum gebruiken, op voorwaarde dat u het goed bewaart. Gebruik uw zintuigen: kijk, ruik en proef om te beslissen of u het nog kan opeten.

TIP 2

Maak een lijstje

Goede voorbereiding is het halve werk. Met een duidelijk lijstje wint u veel tijd in de winkel en koopt u niets teveel. Er bestaan heel wat handige apps, maar ook met een ouderwets papiertje komt u een heel eind.

TIP 4

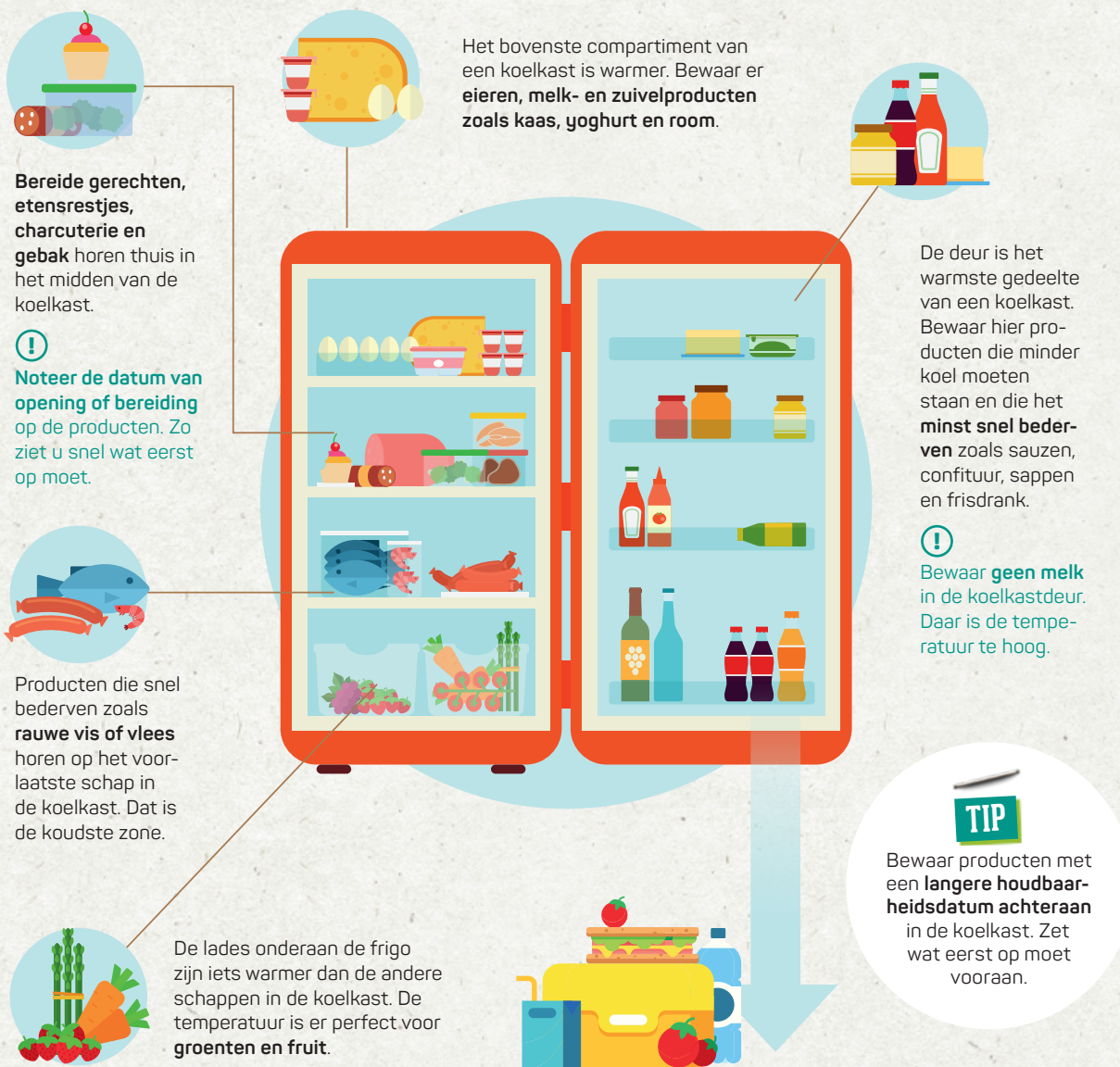
Winkel met een volle maag

Wie honger heeft, koopt meer. Trek dus naar de winkel met een gevulde maag.

Orde in de koelkast

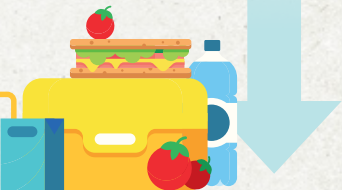
Een geordende koelkast is een bondgenoot in de strijd tegen voedselverspilling. Elk product heeft een ideale plek in de koelkast. Zo blijft alles langer goed en is uw koelkast altijd ordelijk.

DE IDEALE TEMPERATUUR
De temperatuur van uw koelkast moet altijd tussen 0 en 7 graden liggen. **4 à 5 graden is ideaal.**



UIT DE KOELKAST, IN DE LUNCHBOX
De inhoud van uw lunchbox blijft best zo koel mogelijk. Zet uw lunch op het werk of op school dus meteen in de koelkast. Gaat dat niet? Neem dan **geen ham, vis, omelet of filet americain mee**. Die producten zijn gevoelig voor hogere temperaturen. Harde kazen, confituur, honing en gedroogde salami zijn beter geschikt.

! Heel wat groenten en fruit horen niet thuis in de koelkast. Denk maar aan **aardappelen, ajuinen, paprika's, zoete aardappelen, courgettes, meloenen en bananen**. Bewaar ze in de koele berging op 15°C.



4 slimme bewaartips

Heeft u vaak restjes en weet u niet wat ermee te doen? Met deze tips is dat verleden tijd.

! Wilt u zelf aan de slag gaan met een van deze technieken? Leer hoe u het aanpakt in een workshop. Ontdek ons aanbod op afvalvrijmei.be



Invriezen

Koopt u meerdere broden in een keer? Bewaar dan een deel in de diepvriezer. U kan een brood ook opdelen in kleinere porties. Zo geniet u elke dag van verse boterhammen. Maar ook fruit en kruiden kan u perfect bewaren in de vriezer.



Inmaken

Ingemaakte groenten zijn terug van weggeweest. Zelfs in de hipste restaurants serveren ze het. Met deze oude techniek bewaart u groenten in glazen potten met suiker, zout, azijn, olie of alcohol. Paprika, ui, komkommer of broccoli, het kan allemaal!



Pekelen

Nog zo'n eeuwenoude techniek. Bij pekelen worden vis of vlees gemarineerd in een zoutwaterbad, waardoor al het vocht eruit wordt getrokken. Zo blijft het langer goed, maar het wordt ook malser en rijker van smaak. Denk maar aan gezouten buikspek of pekelharing: de gepekeld klassieker bij uitstek. En wist u dat u ook groenten kan pekelen? Laat ze weken in een mix van kokende azijn, suiker, zout en kruiden. Bewaar alles in een luchtdichte, gesteriliseerde pot in de koelkast en genieten maar.



Fermenteren

Fermenteren is het gecontroleerd laten bederven van voedsel. Dat klinkt niet geweldig maar het transformeert gewone groenten in smaakvolle lekkernijen met een unieke textuur. Gefermenteerde groenten zijn vaak beter verteerbaar en bovendien helemaal niet moeilijk om te maken. Zo kan u witte kool eenvoudig zelf fermenteren tot zuurkool. Water, zout en steriele potten, meer heeft u niet nodig.



Voedsel in de vuilbak

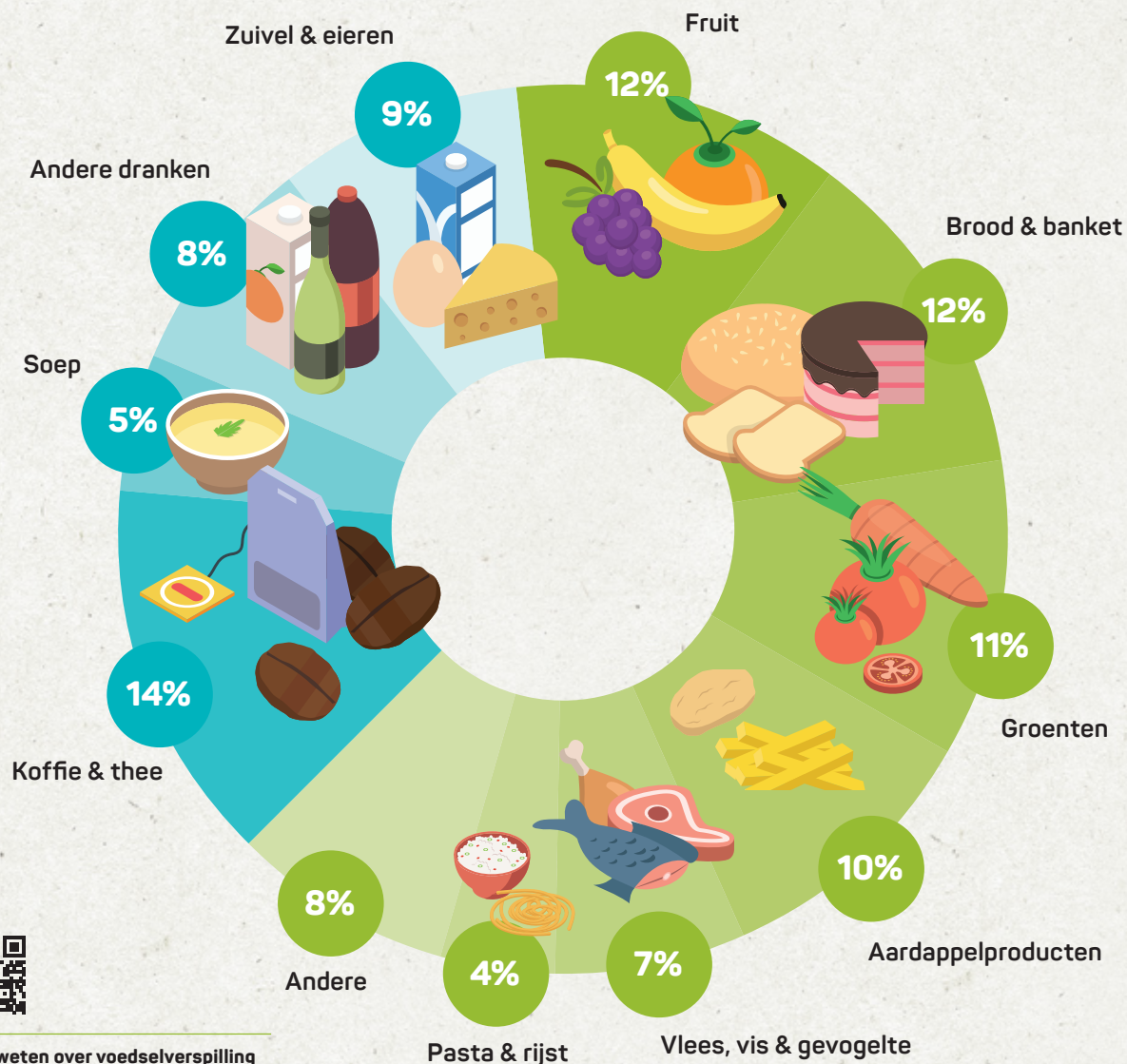
Jaarlijks gooit een gemiddeld Vlaams gezin 369 euro aan voedsel weg. Dat zijn twee tot drie volle winkelkarren die in de vuilnisbak belanden. Pure verspilling dus! En dan spreken we nog niet over alle kosten om het voedsel te telen, in de winkel te krijgen en te verpakken. Benieuwd wat we allemaal weggooien?

66%

van het voedsel dat Vlaamse gezinnen weggooien is **vast voedsel**. Daarvan bestaat het grootste deel uit fruit en groenten, brood en aardappelproducten.

34%

van het weggegooid voedsel is **vloeibaar**. Koffie en thee staan afgetekend op nummer één.



Meer weten over voedselverspilling in Vlaanderen? Neem een kijkje op voedselverlies.be voor meer cijfers en studies. Tips voor minder voedselverspilling leest u in dit magazine.

In Limburg wordt scheiden aangemoedigd

Apart sorteren = apart verwerken

Groente-, fruit- en tuinafval hoort niet bij het huisvuil. Door het apart te sorteren in de gft-container of de groene en gele zak, kan Limburg.net het apart ophalen en verwerken*. Want uw bananenschillen en klokhuizen kunnen we goed gebruiken.

*Waar u uw organisch afval kwijt kunt, verschilt per regio. Check uw afvalkalender of sorteergids.



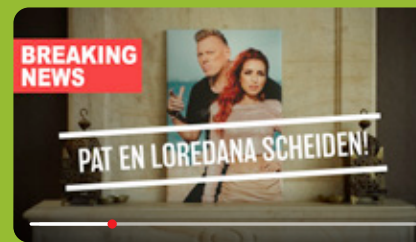
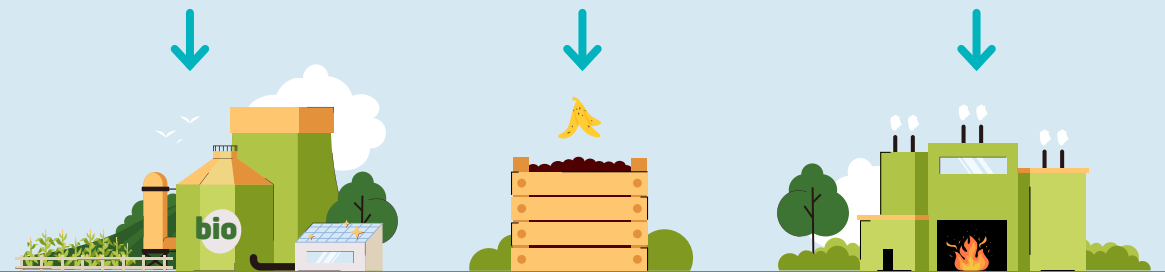
Uw keukenafval uit de gele zak gaat **naar de biogascentrale**. Daar maken we er biogas van, een nuttige en duurzame brandstof.



De inhoud van uw gft-container en de groene zak voor tuinafval **wordt professioneel gecomposteerd**. De compost doet daarna wonderen als bodemverbeteraar.



De inhoud van uw huisvuilzak of -container **wordt verbrand**. Dan gaan de nuttige grondstoffen van uw aardappelschillen of pruimenpitten gewoon verloren.



Bekijk de volledige video op magazine.limburg.net/keukenafval

Pat Krimson en Loredana De Amicis geven het goede voorbeeld en gaan scheiden.

Bij u thuis moet u al een tijdje groente-, fruit- en tuinafval apart sorteren. Maar sinds 1 januari 2024 is die verplichting er ook op het werk of op school. Sindsdien moeten bedrijven en instellingen hun organisch afval in aparte containers verzamelen en laten ophalen.

Meer weten?
Alle richtlijnen voor bedrijfsafval vindt u op ovam.vlaanderen.be/bedrijfsafval-sorteren

Wees alert, blijf veilig!

Praktische tips om gegevens te beschermen

Eind vorig jaar was Limburg.net het slachtoffer van een cyberaanval door een hackersbende. Steeds meer overheden, bedrijven en individuen zijn slachtoffer van dit soort criminaliteit. Met deze tips zijn uw gegevens beter beveiligd.



Wat kan u doen om identiteitsfraude te voorkomen?

-  Wees voorzichtig met e-mails: open geen verdachte e-mails en klik niet op onbekende links. Schrijffouten en vreemde e-mailadressen zijn vaak een signaal dat er iets mis is. Open de bijlages niet en denk twee keer na voor u een app downloadt.
-  Gebruik sterke wachtwoorden: kies verschillende wachtwoorden voor al uw accounts en gebruik altijd een combinatie van letters, cijfers en speciale tekens. Schakel tweestapsverificatie in. Dan bent u dubbel beveiligd: met een wachtwoord en een code die u ontvangt via sms of een app.
-  Let goed op als iemand u vraagt persoonlijke data door te geven via telefoon of mail. Bij de minste twijfel neemt u rechtstreeks contact op met de instantie zelf.
-  Deel geen persoonlijke gegevens zoals uw e-mailadres, telefoonnummer of adres via sociale media.
-  Beveilig uw wifinetwerk met een sterk wachtwoord. Gebruik geen openbare wifinetwerken voor belangrijke activiteiten zoals overschrijvingen.
-  Stuur verdachte berichten door naar verdacht@safeonweb.be



Meer tips? Raadpleeg www.safeonweb.be



Nog vragen over digitale veiligheid? Loop langs in een Digipunt in je buurt of kijk op digibanken.be

Waar moet u voor opletten?



Phishing

Criminelen kunnen u contacteren via mail, telefoon of brief om persoonlijke informatie te bemachtigen. Ze doen zich vaak voor als betrouwbare instanties zoals een bank of creditcardmaatschappij en vragen om persoonlijke gegevens zoals inloggegevens, creditcardinformatie of pincodes.



Identiteitsfraude

Bij identiteitsfraude maakt iemand misbruik van uw persoonlijke gegevens. Onder uw naam worden er producten of diensten besteld, uitkeringen of creditcards aangevraagd, betalingen gedaan of bankrekeningen geopend.

Slim gesorteerd? Dat verdient een beloning!

Verdien en verzilver

Bent u een kei in sorteren? Composteert u uw afval in eigen tuin? Of koopt u tijdens het winkelen producten met weinig verpakking? Uw duurzame gewoontes belonen we graag.



Hoe werkt het precies?

VOOR WIE WERKT MET GRIJZE HUISVUIZZAKKEN

Wat kan u ruilen? U kan jaarlijks maximum 3 grote of 6 kleine volledige rollen inruilen tegen Slimmesorteerpunten.

- 1 grote rol huisvuilzakken = **12,5 punten**
- 1 kleine rol huisvuilzakken = **6,25 punten**

Waar? Dat kan in elk Limburg.net-recyclagepark. Soms kan het ook in uw gemeentehuis. Op [limburg.net/slimmesorteerpunten](http:// limburg.net/slimmesorteerpunten) vindt u een lijst met alle omruilpunten.

VOOR WIE WERKT MET DE GRIJZE HUISVUILCONTAINER

Wat kan u ruilen? U kan maximaal 180 kg inruilen per jaar. U moet de container minstens 1 keer hebben buitengezet voor lediging.

- 30 kg huisvuil = **6,25 punten**

Waar? Online, via uw mijn.limburg.net-account

Verdien Slimmesorteerpunten ...

In uw afvalbelasting zit een hoeveelheid huisvuilzakken begrepen, of - voor wie met containers werkt - een bepaalde hoeveelheid huisvuilkilo's. Wie goed sorteert, kan teveel huisvuilzakken hebben of heeft huisvuilkilo's over. **Die kan u omruilen tegen Slimmesorteerpunten.**

Ruilen maar, want...

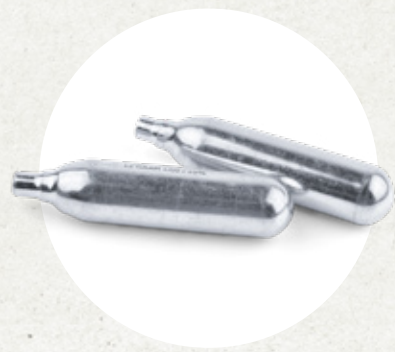
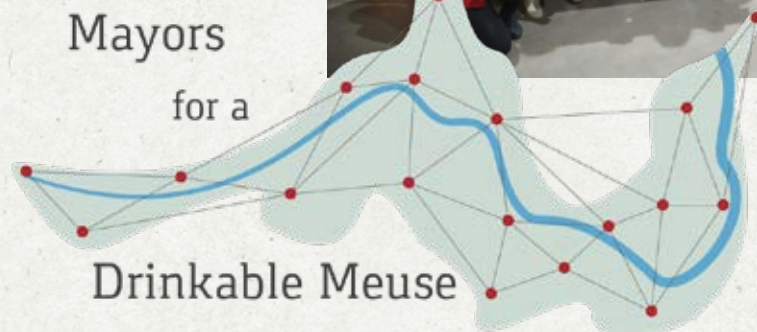
Slimmesorteerpunten kan u gebruiken om heel wat leuke dingen mee te doen. Zo kan u ze inruilen tegen **waardebonnen, filmtickets of reischeques bij De Lijn of NMBS.**

Aan de slag!

Ga naar [limburg.net/slimmesorteerpunten](http:// limburg.net/slimmesorteerpunten). Daar ziet u waar u punten mee kan verdienen en wat u ervoor krijgt. Sorteren maar!

Drinkbare Maas

Op 15 maart vond de conferentie 'Mayors for a drinkable Meuse' plaats in Maaseik. Grensoverschrijdend werken verschillende gemeenten van Frankrijk, Nederland en België samen aan een schonere Maas met als stip aan de horizon een drinkbare Maas.



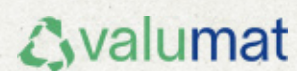
Lachgaspatronen gevonden? Bij het kga!

Lachgas wordt de laatste jaren steeds vaker als drug gebruikt. Het is niet alleen slecht voor uw gezondheid, het kan ook gevaarlijk zijn als dit bij het huisvuil terecht komt. Lachgaspatronen die in de verbrandingsinstallatie van het restafval terechtkomen, kunnen ontploffen. Gooi gevonden patronen dus zeker niet bij pmd of huisvuil, maar breng ze binnen bij het klein gevaarlijk afval op het recyclagepark.



Waar naartoe met uw oude matras?

Uw oude matrassen recycleren kan op drie manieren: trek ermee naar uw recyclagepark, naar een erkende kringloopwinkel of naar uw verkoper bij aankoop van uw nieuwe matras. Zo bent u zeker dat uw matras correct verwerkt en maximaal gerecycleerd wordt.



Je kan bij ons veel kwijt.
Maar nooit je agressie.



Proper werk verdient respect

Onze afvalophalers, parkwachters en administratieve medewerkers staan elke dag klaar om van Limburg en Diest een propere plek te maken. Maar steeds vaker krijgen ze te maken met **verbale en fysieke agressie**. Daar willen we iets aan doen. Op 18 april trekken we onze **hoffelijkheidscampagne** op gang. Onder de slogan 'Je kan bij ons veel kwijt, maar nooit je agressie' roepen we op tot respect. **Want uw vriendelijkheid maakt een wereld van verschil.**

Nette straten dankzij straat.net

24.392 vrijwilligers steken de handen uit de mouwen

Midden maart was het weer tijd voor straat.net, onze jaarlijkse actie tegen zwerfvuil. Op 15, 16 en 17 maart gingen we met verenigingen en scholen op pad om zwerfvuil te ruimen. Per opgeruimde kilometer kregen ze een mooie som voor de kas. Extra geld voor activiteiten én nette straten: een echte win-win!

Ondanks alle inspanningen van gemeenten en intercommunales is de hoeveelheid zwerfvuil de afgelopen jaren alarmerend gestegen. Zo maakte OVAM controleurs 8.311 verslagen op voor het veroorzaken van zwerfvuil. Dit is een stijging met 65 procent tegenover het jaar ervoor.

Acties zoals straat.net zijn dus meer dan ooit nodig. Maar alleen afval ruimen lost het probleem niet op. We blijven inzetten op communicatie en sensibilisering om afval te vermijden. Te beginnen met alle tips uit dit magazine!



Bekijk de actie door de ogen van een vrijwilliger



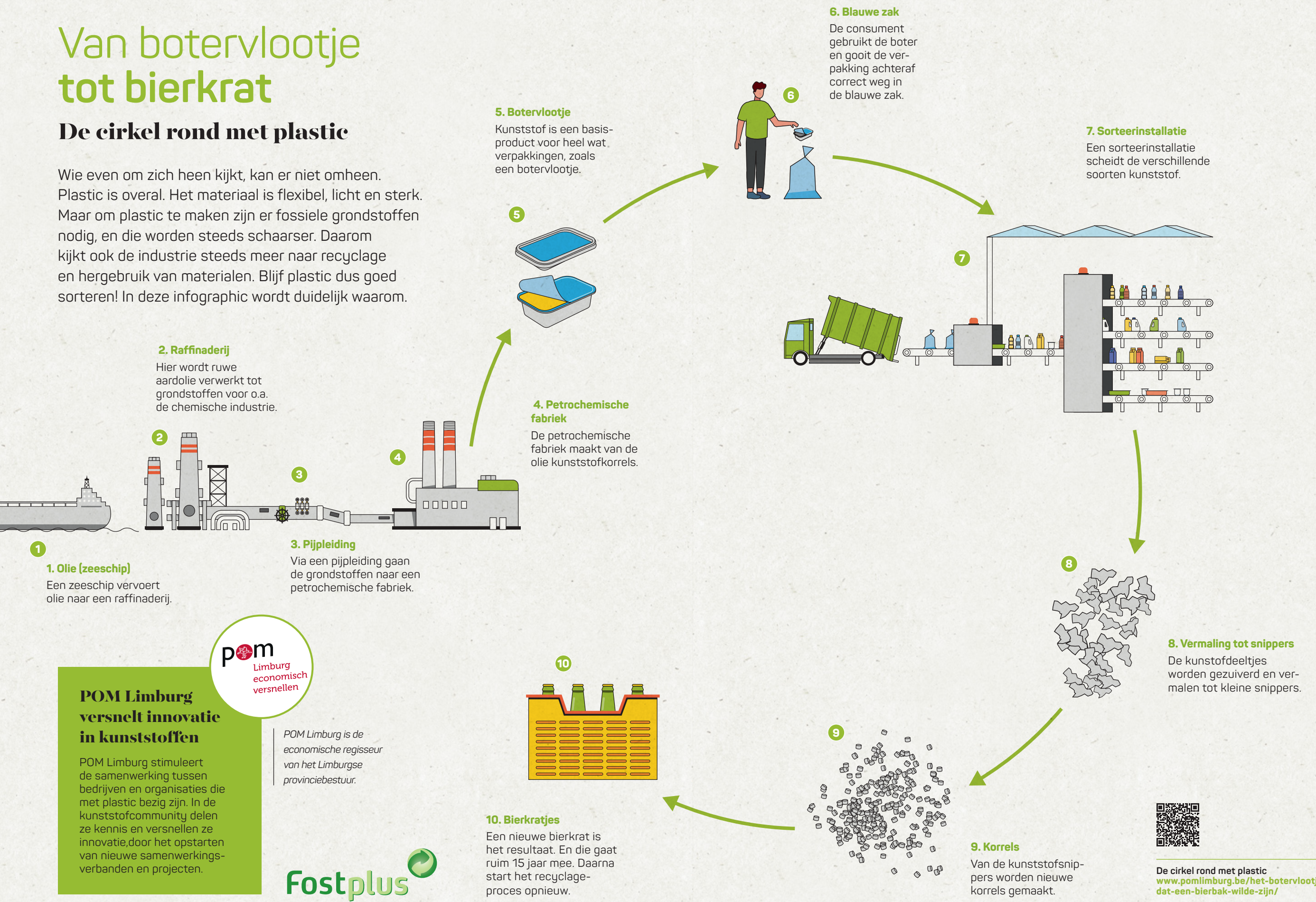
De ophaling van de Scouts uit Heusden-Zolder
magazine.limburg.net/straat.net

Maak van je straatje een plaatje

Van botervlootje tot bierkrat

De cirkel rond met plastic

Wie even om zich heen kijkt, kan er niet omheen. Plastic is overal. Het materiaal is flexibel, licht en sterk. Maar om plastic te maken zijn er fossiele grondstoffen nodig, en die worden steeds schaarser. Daarom kijkt ook de industrie steeds meer naar recyclage en hergebruik van materialen. Blijf plastic dus goed sorteren! In deze infographic wordt duidelijk waarom.



2. Raffinaderij

Hier wordt ruwe aardolie verwerkt tot grondstoffen voor o.a. de chemische industrie.

1

1. Olie (zeeschip)

Een zeeschip vervoert olie naar een raffinaderij.

3

3. Pijpleiding

Via een pijpleiding gaan de grondstoffen naar een petrochemische fabriek.

4

4. Petrochemische fabriek

De petrochemische fabriek maakt van de olie kunststofkorrels.

5

5. Botervlootje

Kunststof is een basisproduct voor heel wat verpakkingen, zoals een botervlootje.

6

6. Blauwe zak

De consument gebruikt de boter en gooit de verpakking achteraf correct weg in de blauwe zak.

7

7. Sorteersinstallatie

Een sorteersinstallatie scheidt de verschillende soorten kunststof.

8

8. Vermaling tot snippers

De kunstofdeeltjes worden gezuiverd en vermalen tot kleine snippers.

9

9. Korrels

Van de kunststofsnippers worden nieuwe korrels gemaakt.

10

10. Bierkratjes

Een nieuwe bierkrat is het resultaat. En die gaat ruim 15 jaar mee. Daarna start het recyclageproces opnieuw.



POM Limburg versnelt innovatie in kunststoffen

POM Limburg stimuleert de samenwerking tussen bedrijven en organisaties die met plastic bezig zijn. In de kunststofcommunity delen ze kennis en versnellen ze innovatie, door het opstarten van nieuwe samenwerkingsverbanden en projecten.

POM Limburg is de economische regisseur van het Limburgse provinciebestuur.



De cirkel rond met plastic
www.pomlimburg.be/het-botervlootje-dat-een-bierbak-wilde-zijn/

Wees alert, blijf veilig!

Steeds meer overheden, bedrijven, maar ook privépersonen zijn het slachtoffer van criminele hackersbendes. We roepen daarom iedereen op om alert te zijn voor mogelijk misbruik.



Klik niet op een link in een verdacht bericht, open de bijlages niet en download geen apps als daar om gevraagd wordt.



Gebruik sterke wachtwoorden en schakel tweestapsverificatie in.



Geef **nooit** persoonlijke gegevens door via telefoon of mail. Contacteer bij twijfel zelf de instantie.



Beperk het delen van persoonlijke gegevens op sociale media.



Vermijd openbare wifi-netwerken of computers voor online transacties.



Stuur verdachte berichten door naar verdacht@safeonweb.be

► Meer tips op www.safeonweb.be

Vermoed je dat je het slachtoffer bent van identiteitsfraude? Doe aangifte bij de politie of via meldpunt.belgie.be

HOE VEILIG BENT U? DOE DE TEST



safeonweb.be/nl/hoe-veilig-ben-jij



Safeonweb.be

LIMBURG.NET
DA'S PROPER GEDAAN

Herkenrodesingel 14,
3500 Hasselt
T 0800 90 720
E info@limburg.net
www.limburg.net
jobs.limburg.net

