

Te goed om weg te gooien

Sinds enige tijd bestaat er ook in ons land een app voor je smartphone om voedselverspilling tegen te gaan. Op de website *Too good to go* kan je hem downloaden. Als een handelaar aan het eind van de dag vaststelt dat hij met onverkocht voedsel blijft zitten, kan hij zijn overschotten via de app aanbieden. Geïnteresseerde consumenten kunnen die producten tegen een verlaagde prijs kopen. De app ging in 2016 in Denemarken van start en vond van daaruit ingang in tal van andere Europese landen. Volgens een ruwe schatting zouden er op deze manier al ruim 46 miljoen maaltijden gered zijn in Europa.



Het is toch even schrikken als je door de *Too good to go*-website scrolt en leest dat wereldwijd een derde van alle eetbaar voedsel wordt weggegooid. *Eén derde!* In de Verenigde Staten zou het zelfs om meer dan 40% gaan. Er zijn meerdere oorzaken: overmatige hoeveelheden die worden voorbereid, overvolle buffetten, verkeerd ingeschatte en te grote porties ... Ook de verwarring in de interpretatie van houdbaarheidsdata werkt verspilling in de

hand. Met name het verschil tussen *te gebruiken tot* en *ten minste houdbaar tot*. Het eerste betekent dat je het voedsel zonder gevaar voor je gezondheid kan eten tot de aangegeven datum. *Ten minste houdbaar tot* is echter van een heel andere orde. Hier gaat het om een inschatting van de fabrikant om aan te geven tot wanneer het product van topkwaliteit is. Na het verstrijken van de datum is het nog steeds veilig om het te eten, maar het zou kunnen dat de kwaliteit dan niet meer optimaal is.

Dat winkels en warenhuizen te maken krijgen met zoveel overschotten heeft natuurlijk ook te maken met onze onverzadigbare honger naar een zo ruim mogelijke keuze aan verse producten allerhande. Alles moet altijd en overal beschikbaar zijn. We hebben het er moeilijk mee dat een winkelier op een bepaald moment door zijn voorraad heen zit. Een leeg rek aan het eind van de dag komt over als een slecht beheerde rayon.

Te goed om weg te gooien is zeker iets om over na te denken, nu we er ons meer en meer van bewust zijn dat onze planeet niet onuitputtelijk is. In plaats van ons machteloos te voelen is dit een manier om er concreet iets aan te doen. Laat het ook een aanzet zijn om minder kieskeurig te zijn en ons vaak ongebreidelde consumentisme in te tomen. Vroeger leerden we 'eten wat de pot schaft'. De uitdrukking is in onbruik geraakt, maar de toepassing ervan zou het teveel aan niet-levensnoodzakelijke producten al aanzienlijk kunnen inperken.

Voedselbanken

Voedselverspilling brengt niet enkel onnodig schade toe aan Moeder Aarde. Ze valt ook moeilijk te rijmen met de dagelijkse worsteling van een groeiende groep in onze samenleving om zichzelf en hun kinderen te voeden. Begin februari van dit jaar werd het jaarrapport van de voedselbanken bekendgemaakt. Daaruit blijkt dat het aantal mensen dat een beroep moet doen op gratis voedselbedeling gestaag groeit. Het afgelopen jaar schoven gemiddeld 177.238 mensen maandelijks aan voor een voedselpakket. Dat zijn er zo'n 2000 meer dan een jaar eerder. Daar zit uiteraard de coronacrisis voor veel tussen. Maar we kunnen er niet naast kijken dat de cijfers jaar na jaar de hoogte in gaan. Sinds 2014 is er een stijging met 14%. Die cijfers staan haaks op de vaak gehoorde berichten dat de economie weer aantrekt en het beter doet dan ooit. Het is alarmerend dat, ondanks die economische heropflakking, er toch elk jaar meer mensen in de kou blijven staan.

En van kou gesproken, in de statistische gegevens is nog weinig of niets te merken van de intussen schrikbarend gestegen brandstof- en elektriciteitsprijzen. Die maken het probleem voor veel huishoudens en alleenstaanden nog erger. Verwacht wordt dat het aantal kandidaten voor een voedselpakket dit jaar nog aanzienlijk zal toenemen. Voor velen wordt het kiezen tussen voeding en verwarming. Toch wel schrijnend voor de 'rijke' maatschappij waarin wij leven.

Mijn kleine Laudato si'-keuken

Werk maken van onze opdracht om met kleine dagelijkse daden te zorgen voor het behoud van de Schepping is heel nobel (...): het gebruik van plastic en papier vermijden, waterverbruik beperken, afval sorteren, enkel klaarmaken wat men redelijkerwijs zal opeten, andere levende wezens met aandacht bejegenen. Je hebt het



misschien niet meteen gemerkt, maar dit is een passage uit *Laudato si'*, de encycliek waarmee paus Franciscus zijn kerk op weg zette naar meer ecologisch bewustzijn. Voor Anne Moreau, een diëtiste afkomstig uit het Franse Rennes, miste de geciteerde zin zijn effect niet. Anne heeft zich altijd aangetrokken gevoeld door wat kwetsbaar is. Ze groeide op in een gelovige familie en tijdens haar jeugd engageerde ze zich in activiteiten met armen of mensen met een beperking. De lectuur van de encycliek *Laudato si'* opende haar ogen voor een andere kwetsbaarheid: die van de natuur.

Anne legde onmiddellijk de link naar haar werk als voedingsdeskundige. Ze maakte nu helemaal de ecologische omslag. Om te beginnen in haar persoonlijk leven. Het kostte haar enige moeite om het zero-afvalprincipe toe te passen, maar na een tijd lukte het: *verpakkingsafval, plastic en voedselverspilling vermijden*. Ook professioneel probeerde ze voeding in een natuurvriendelijk perspectief te plaatsen. Ze ging ook meer zelf koken en ... ze gooide zich op de redactie van een eigen kookboek. Met recepten en voorstellen om de overgang naar een ecologisch verantwoorde manier van leven te versnellen. De naam van het boek: *Ma petite cuisine Laudato si' – Handboek voor een gezonde en duurzame keuken*.

Voldaan zijn zonder te consumeren

Het klinkt paradoxaal, maar vasten heeft ook met voeding te maken. Alleen weten we vandaag niet meer goed hoe daarmee om te gaan. Pater Benoît Ente, 44 jaar en dominicaan, werkzaam in een volkswijk van Lille (Noord-Frankrijk), wil de sterk verwaterde traditie van voedselonthouding weer in ere herstellen. Elk jaar organiseert hij een vastenperiode van een week. Oorspronkelijk was het de bedoeling een wal op te werpen tegen de overconsumptie en de junkfood van onze maatschappij. Hij wilde de inwoners van de wijk opnieuw voeling leren krijgen met gezonde

voeding. Daar entte zich ook een spiritueel aspect op. Vasten, dat is de ervaring opdoen van voldaan te zijn zonder te consumeren.

De eerste jaren was er weinig respons. Niemand uit het *quartier* deed mee. Pater Benoît is er dan maar zelf aan begonnen, samen met een confrater en een vriendin. Maar stilaan zijn er anderen die zich hebben aangesloten. Voor de komende sessie verwachten ze een tiental geïnteresseerden. De vastensessie vindt niet in Lille plaats. Ze trekken ervoor naar de Vogezen. Ze leggen zich een ritme op van drie momenten van samenzijn per dag: 's morgens rond een kop thee, 's middags bij fruitsap aangelengd met water, en 's avonds met een bouillon. De rest van de dag gaat op aan wandelen – één tot twee uur per dag – lezen en bidden. Er zijn zowel activiteiten voorzien die gericht zijn op verinnerlijking als momenten waarop de deelnemers samen zijn. Het is geen kwestie van vasten om te vasten, maar om te groeien in liefde. Dat gebeurt door banden te smeden en anderen te leren ontdekken. Tijdens momenten van uitwisseling over de Bijbel of wat men gelezen heeft, wordt luisterbereidheid ontwikkeld. Vasten zorgt voor een grotere ontvankelijkheid en ontlast de geest. Wie vast heroriënteert zich op wat essentieel is en creëert zo een kader waarin gebed kan gediĳen.

Honger

Vasten is een vorm van onthechting. Vandaar dat het in heel wat religies en spirituele stromingen een plaats heeft. In die context gaat het altijd om een keuze, een vrijwillig verzaken aan bevrediging van meestal materiële behoeften. Die keuze kunnen maken is in wezen een luxe. Hoe anders is de situatie voor wie in armoede leeft of, erger nog, probeert te overleven in tijden van voedselschaarste. Ze nemen wereldwijd toe, de gebieden waar hongersnood heerst. De klimaatverandering speelt ongetwijfeld een groeiende rol. Maar nog té vaak is oorlogsgeweld de oorzaak van alle ellende. We zien het vandaag voor onze ogen gebeuren in verschillende Oekraïense steden: hoe een bevolking omsingelen en uithongeren een oorlogswaapen kan zijn. Hoe de economie van een land wordt ontwricht, hoe zelfs een voedselcrisis kan ontstaan in een regio die vaak 'de graanschuur van de wereld' wordt genoemd. Vandaar ook de waarschuwing van het Wereldvoedselprogramma van de Verenigde Naties. Rusland en Oekraïne zijn samen goed voor 29% van de wereldwijde graanexport. Als het productieproces daar verstoord wordt, zal dat gevolgen hebben voor de voedselveiligheid van miljoenen mensen elders in de wereld.