

# Werkboek Keuken

Datum:





Hey!

Dit werkboek is een aanvulling op de uitleg in de video en/of het tekstbestand over de keuken. In deze les ga ik je niet overhalen om bepaalde producten niet meer te eten. Ik geef je informatie en wil je uitnodigen om er over na te denken en je eigen plan hierin te trekken.

Heel veel plezier en succes!

Liefs,

Lisanne Moreau - Poelstra

P.S. Vergeet niet de eerste les, een fris begin, ook voor deze ruimte te doen! :)



# Opruimen

Wat voor spullen heb je in de keuken heb je liggen die je eigenlijk (bijna) niet gebruikt?

Hoe kun je ervoor zorgen dat de keuken niet weer komt vol te liggen met spullen die je (bijna) niet gebruikt?



# Keukentextiel

Hoe ga jij ervoor zorgen dat je thee-/handdoeken binnen je moodbord gaan vallen?

Wat zou je graag voor kleur of designs in je keukentextiel terug zien komen?





# Schoonmaakartikelen

Waar moet een schoonmaakmiddel voor jou aan voldoen?

Waar ga jij je huis in het vervolg mee schoonmaken?



# Verpakkingen

Als je naar je eigen afval kijkt, welke soorten verpakkingen zie je het meest terug komen?

Zie je een kans om die verpakkingen te verminderen?

Zijn er ook nog andere verpakkingen die je probeert te vermijden?





# Bewaren van voedsel

Welke producten gooi jij wel eens weg?

Hoe kun je voorkomen dat je ze weg moet gooien?





# Lokaal en seizoensgroente

Welke keus kun jij maken zodat je groente en fruit zo min mogelijk kilometers hoeft af te leggen?



# Vlees en zuivel

Hoe vaak eet jij op dit moment vlees en zuivel?

Zie je mogelijkheden om dat te verminderen?

